

Elina Vienonen

# Arjessa alkuun -vertaisosaajatoiminta

Kohti kestäväää vapaaehtoistoimintaa

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan tutkinto-ohjelma

Sosionomi AMK

Opinnäytetyö

11.4.2016

Tekijä Otsikko Sivumäärä Aika	Elina Vienonen Arjessa alkuun -vertaisosaajatoiminta – Kohti kestävää vapaaehtoistoimintaa 42 sivua + 1 liite Kevät 2016
Tutkinto	Sosionomi AMK
Koulutusohjelma	Sosiaalialan koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Sosiaaliala
Ohjaajat	Yliopettaja Jyrki Konkka Lehtori Ulla Saukkonen
<p>Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää Arjessa alkuun -vertaisosaajien näkemyksiä ja tunteita vertaisosaajatoiminnasta, peruskoulutuksesta ja tuesta jota toiminnassa on tarjolla. Vertaisosaajatoimintatoiminta on Autismi- ja Aspergerliiton Arjessa alkuun -projektin vapaaehtoistoimintaa. Vertaisosaajatoiminnassa tukea annetaan siinä elämänvaiheessa, kun autismin kirjon diagnoosi on tuore.</p> <p>Opinnäytetyö on laadullinen tutkielma jonka aineisto koostuu 12 vertaisosaajan vastauksista kyselylomakkeeseen. Kyselyssä kysyttiin ensimmäisen peruskoulutusryhmän vertaisosaajilta miten vertaisosaajien peruskoulutus, tuki, lisäkoulutukset ja toimintatavat ovat vastanneet heidän kokemuksensa perusteella tarpeita vertaisosaajatoiminnassa. Aineisto on analysoitu aineistolähtöisen sisällönanalyysin keinoin.</p> <p>Vertaisosaajien näkemysten perusteella kohtaamisten taidot ovat vertaisosaajatoiminnassa tärkein tarvittava taito ja aihe peruskoulutuksessa. Kohtaamisen taitojen kertaaminen ja vahvistaminen on toiminnassa mukana olevien kannalta tärkeää. Opinnäytetyön tuloksista käy ilmi, että yhteisöllisyyden tunteen ylläpitäminen ja vahvistaminen on tärkeää edelleen. Yhteisöllisyyttä vahvistavat tuloksien perusteella sekä lisäkoulutukset että työnohjaukset ja tapaamiset.</p> <p>Opinnäytetyössä saatuja tuloksia voidaan hyödyntää Autismi- ja Aspergerliitto ry:n Arjessa alkuun – järjestölähtöinen varhainen tuki -projektin kehittämistyössä.</p>	
Avainsanat	autismin kirjo, vertaistuki, vapaaehtoistoiminta

Author Title Number of Pages Date	Elina Vienonen Voluntary Peer Support Project Run by The Finnish Association for Autism and Asperger's Syndrome 42 pages + 1 appendix Spring 2016
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Social Services
Instructors	Jyrki Konkka, Principal Lecturer Ulla Saukkonen, Senior Lecturer
<p>The aim of this thesis was to study views on voluntary work, initial training and support of the volunteers participating in The Good Start peer support project run by The Finnish Association for Autism and Asperger's Syndrome. The peer support volunteers offer support in the stage when ASD has been recently diagnosed.</p> <p>The study was qualitative and the material consists of answers collected from a questionnaire that was answered by 12 peers. They were asked about their own perspective on the initial training, guidance, support and additional training and whether it was useful in relation to the voluntary work. The analysis method was content analysis.</p> <p>According to the peers' answers encountering another person is the most important skill they need in voluntary work and it also the most important theme in the initial training. The results showed that maintaining and strengthening the sense of community is important in the future. According to the results of this thesis communality is strengthened by additional training, supervision and meetings.</p> <p>The results can be utilized in the development of the early support project run by The Finnish Association for Autism and Asperger's Syndrome</p>	
Keywords	autism spectrum disorder (ASD), peer support ,voluntary work

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Toimintaympäristö	3
2.1	Sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämiset ja vastuut	3
2.2	Autismi- ja Aspergerliitto ry	3
2.3	Arjessa alkuun -projekti	4
3	Autismin kirjo	5
3.1	Diagnosointi	6
3.2	Esiintyvyys	6
4	Suomalainen vapaaehtoistoiminta	8
4.1	Vapaaehtoistoiminta ja vapaaehtoistyö	8
4.2	Vapaaehtoistyön koulutus, työnohjaus ja tuki	10
4.3	Vapaaehtoisten käsitykset toiminnasta	11
4.4	Vapaaehtoistoiminnan kehittäminen	11
5	Vertaistuki	13
6	Arjessa alkuun -vertaisosaajatoiminta	15
6.1	Vertaisosaaja	15
6.2	Vertaisosaajakoulutukset	16
6.3	Vertaisosaajatoiminta	18
6.4	Vertaisosaajien työnohjaus ja tuki	19
7	Tutkielman toteutus	20
7.1	Tavoitteet	21
7.2	Aineiston keruumenetelmä	22
7.3	Kohderyhmä	24
7.4	Tutkielman toteutus	24
7.5	Aineiston analysointi	25
7.6	Tuloksien käyttö	26
8	Kyselyn tulokset	26
8.1	Vertaisosaajakoulutus	27

8.2	Työnohjaukset	28
8.3	Muu toimintaan liittyvä tuki	29
8.4	Yhteydenottopyynnot	30
8.5	Palaute toiminnasta	30
9	Yhteenveto	31
9.1	Johtopäätökset	32
9.2	Kehittämissuunnitelmia ja jatkosuunnitelmia	34
10	Pohdinta	35
	Lähteet	39
	Liitteet	
	Liite 1. Kyselylomake	

## 1 Johdanto

Tässä opinnäytetyössä selvitetään Arjessa alkuun -vertaisosaajatoiminnassa mukana olevien vertaisosaajien näkemyksiä kyseessä olevasta vapaaehtoistoiminnasta, peruskoulutuksesta ja tuesta. Tulosten perusteella selviää mihin suuntaan vertaisosaajatoimintaa tulisi vapaaehtoisten oman näkemyksen perusteella kehittää.

Työelämän yhteistyökumppanina opinnäytetyössäni toimii Autismi- ja Aspergerliitto ry ja sen hallinnoima Arjessa alkuun -projekti. Autismi- ja Aspergerliitto ry on voittoa tavoittelematon kolmannen sektorin järjestötoimija. Kolmannella sektorilla tarkoitetaan järjestöjen tekemää ammatillista työtä ja vapaaehtoistoimintaa (Marjovuori 2014: 17).

Autismi- ja Aspergerliiton hallinnoima Arjessa alkuun -projekti on Raha-automaattiyhdistyksen (RAY:n) rahoittama kehittämishanke. Sille on myönnetty rahoitus vuosille 2014–2017. Projektin toiminnan aikana kehitetään uutta jalkautuvaan vertaistukeen perustuvaa vapaaehtoistoiminnan muotoa ja käynnistetään toiminta. Arjessa alkuun -toiminnassa luodaan vertaisosaajaverkosto, jonka avulla tukea voi saada siinä elämänvaiheessa, kun autismin kirjon diagnoosi on tuore. Vapaaehtoisista käytetään toiminnassa nimitystä Arjessa alkuun -vertaisosaaja, joka kuvaa sitä, että vapaaehtoisella on itsellään vertaiskokemus aiheesta. Vertaistukihenkilö nimitystä ei Arjessa alkuun -toiminnassa käytetä sen vuoksi, että vertaisosaajat tarjoavat lyhytkestoista tukea, eivätkä korvaa ammatillisesti tehtyä tukihenkilötoimintaa tai pitkäkestoista tukea. Ensisijainen kohderyhmä toiminnassa ovat autismin kirjon lapsiperheet ja toissijaisesti myös autismin kirjon aikuiset, joille diagnoosi on tuore. (Vienonen 2014.)

Arjessa alkuun -vertaisosaaja on vapaaehtoinen joka on osallistunut Autismi- ja Aspergerliitto ry:n järjestämään Arjessa alkuun -vertaisosaajakoulutukseen. Hän voi olla autismin kirjon henkilön perheenjäsen tai aikuinen autismin kirjon henkilö. Vertaisosaaja tunnistaa oman elämäkokemuksen myötä arjen haasteet, mutta hänellä on myös selviytymisen kokemus ja hän osaa antaa positiivista tukea toisille, kun autismin kirjon asiat ovat tuettavalle vielä uusia. Vertaisosaajille järjestetään työnohjauksia sekä muuta tehtävään tarvittavaa tukea. Arjessa alkuun -vertaisosaajatoiminta täydentää ammattilaisten tekemää työtä, mutta tuki jota vertaisosaajat antavat ei ole professionaalisuuteen vaan elämäkokemukseen perustuvaa. (Autismiliitto 2016a.)

Vapaaehtoistoiminnassa on ominaispiirteitä, jotka on otettava huomioon toiminnan kehittämisessä. Vapaaehtoistoimintaa voidaan ominaisluonteestaan huolimatta kehittää myös ammatillisilla keinoilla ja menetelmillä. Mikäli kehittämissyrkimyksissä vapaaehtoistoiminnan ominaispiirteitä ei tunnisteta, on vaarana eräänlainen vapaaehtoisuuden virallistuminen tai tehtävän muuttuminen työksi. Silloin toiminnasta on kadotettu vapaaehtoisuus. (Marjovuori 2014: 154.)

Vapaaehtoistoimintaan liittyvät luonnollisesti tehtävien tekijät eli vapaaehtoiset. Usein puhutaan vapaaehtoisten sitouttamisesta, mutta se ei ole tarpeellista koska halu sitoutua syntyy toiminnan kokonaisuudesta. Tärkeää on osallisuuden tunne jonka vapaaehtoistoiminta mukana olevalle vapaaehtoiselle antaa. Jos vapaaehtoisilla on kokemus osallisuudesta toimintaan, he todennäköisesti myös sitoutuvat siihen. (Kuuluvainen 2015: 51.)

Tässä opinnäytetyössä on tavoitteena antaa vertaisosaajille mahdollisuus osallistua toiminnan kehittämiseen. Kiinnostuksen kohteena ovat vertaisosaajien näkemykset. Osallisuus kehittämiseen toteutuu opinnäytetyöhön liittyvään kyselyyn vastaamisella, tuloksista annetulla palautteella ja myöhemmin projektin kehittämistoimenpiteillä. Osallistumisen mahdollisuus tukee toimintaan sitoutumista jatkossakin. Opinnäytetyössä pyrin ymmärtämään minkälaista tukea ja koulutusta vertaisosaajat kaipaavat ja tarvitsevat ja mitä he tämän hetken toiminnasta ajattelevat. Oikeita ja vääriä näkemyksiä ei ole olemassa.

Teoreettisena perustana käytän muun muassa Marjovuon (2014) Vapaaehtoistyön ytimessä, järjestömuotoinen vapaaehtoistyö sosiaalisten representaatioiden näkökulmasta väitöstutkimusta ja Pessi ja Oravasaaren (2010) Kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä -tutkimusta. Viitekehyksenä tutkielmassani ovat autismin kirjo, vapaaehtoistoiminta, vertaistuki ja Arjessa alkuun -vertaisosaajatoiminta. Aineiston keruun toteutin sähköisellä kyselylomakkeella. Tutkielma on työelämälähtöinen ja tuloksia käytetään vertaisosaajatoiminnan kehittämisessä hyödyksi.

Opinnäytetyön aiheen valintaan vaikutti se, että työskentelen Autismi- ja Aspergerliitto ry:ssä Arjessa alkuun – järjestölähtöinen varhainen tuki -projektin projektipäällikkönä. Työsuhteen lisäksi aiheen valintaan vaikutti kiinnostukseni vapaaehtois- ja vertaistoimintaa kohtaan.

## 2 Toimintaympäristö

### 2.1 Sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämiset ja vastuut

Suomessa kunnat vastaavat valtion tuella sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä. Kunnat voivat tuottaa palvelut itse tai muodostaa kuntayhtymiä. Kunnat voivat myös ostaa palveluita muilta kunnilta, järjestöiltä tai yksityisiltä palveluntuottajilta. Kunnat ja sairaanhoitopiirit ovat ensimmäisen sektorin toimijoita. Yksityiset yritykset muodostavat toisen sektorin toiminnan. Suomessa on myös järjestökenttä, joka tuottaa sekä maksullisia että maksuttomia palveluja. Järjestöt muodostavat kolmannen sektorin. (Sosiaali- ja terveydenhuollon järjestelmä ja vastuut 2016.) Neljäs sektori on myös noussut käsitteenä sosiaalialalla esiin viime vuosina, sillä viitataan Helenen ym. mukaan yksilöihin, kotitalouksiin ja tai lähiyhteisöihin (Helene ym. 2003: 34).

### 2.2 Autismi- ja Aspergerliitto ry

Autismi- ja Aspergerliitto ry on edunvalvontaan keskittyvä kolmannen sektorin järjestötoimija. Liitto on perustettu vuonna 1997. Toiminnan tarkoituksena on valvoa autismin kirjon henkilöiden ja heidän läheistensä etujen ja tasa-arvon toteutumista. Autismi- ja Aspergerliiton visio on toimia aktiivisena kansalaisjärjestönä. Esteettömyys on ollut liiton toiminnan teemana viimeiset kaksi vuotta. Esteettömyyteen kiinnitetään huomiota nimenomaan autismin kirjon henkilöiden näkökulmasta. Lisäksi toiminnan tavoitteina on lisätä saavutettavuutta ja mahdollistaa osallisuutta yhteiskunnassa. (Mäkelä 2015: 3.) Autismitietoisuuden lisääminen ja yleinen edunvalvonta esimerkiksi lainsäädäntöön ja päätöksentekoon vaikuttaminen ovat liiton perustehtäviä (Autismiliitto 2016b).

Autismi- ja Aspergerliitolla on myös projekteja joilla kehitetään autismlalan kuntoutusta, koulutusta, uusien toimintatapojen kehittämistä ja muun muassa autismlalan tutkimusta. Liitolla on vuonna 2016 käynnissä kaksi projektia; Aktiivinen ikääntyminen autismin kirjolla ja Arjessa alkuun – järjestölähtöinen varhainen tuki -projektit. (Autismiliitto 2016c.)

Autismi- ja Aspergerliitolla on 25 jäsenyhdistystä eri puolilla Suomea. Liitto toimii kattojärjestönä jäsenyhdistyksille ja tukee niiden toimintaa. Jäsenyhdistykset ovat liiton jäseniä ja niihin voi liittyä henkilö- tai yhteisöjäseneksi. Jäsenyhdistyksiä ylläpitävät



yhdistyksien vapaaehtoiset. Jäsenyhdistyksien yleisin toimintamuoto on vertaistuki, mutta ne järjestävät myös esimerkiksi harrastusryhmiä, koulutusta ja tekevät alueellista edunvalvontaa. Autismi- ja Aseprgerliiton liittohallitus koostuu jäsenyhdistyksien valitsemista edustajista. (Autismiliitto 2016d.)

### 2.3 Arjessa alkuun -projekti

Vertaisosaajatoiminta on Arjessa alkuun -projektin vapaaehtoistoimintaa. Toimintaa kehitetään ja käynnistetään projektin toimikauden aikana eri puolille Suomea. Toiminta-alueita on neljä ja ne ovat Helsinki Jyväskylä, Kuopio ja Turku ympäristökuntineen. Niissä toiminnan käynnistäminen tapahtuu porrastetusti yksi alue kerrallaan. Toiminnan käynnistämiseen kuuluu paikallisverkostojen kanssa tehtävä yhteistyö, vapaaehtoisten rekrytointi, toiminnasta tiedottaminen, vertaisosaajakoulutukset ja jokaisella paikkakunnalla järjestetään myös kaksiosainen kaikille avoin koulutustilaisuus autismin kirjosta. Koulutustilaisuuksien tavoite autismitiedon jakamisen lisäksi on vertaisosaajatoiminnasta tiedottaminen. Vertaisosaajatoimintaan voi lähteä mukaan valtakunnallisesti, sillä vertaisosaajien peruskoulutuksissa on myös etäosallistumisen mahdollisuus. Yhteistyökumppaneina projektissa ovat Autismi- ja Aspergerliiton jäsenyhdistykset ja eri autismlaan ammattilaisverkostot. (Autismiliitto 2016e; Vienonen 2014.)

Ammattilaisyhteistyötä projektissa tehdään varsinkin lasten ja nuorten diagnosoiteja ja varhaisvaiheen kuntoutusta tekevien tahojen kanssa. Uusia yhteistyökumppaneita ja sidosryhmiä tulee mukaan eri toiminta-alueilta projektin edetessä ja toiminnan laajentuessa. (Autismiliitto 2016d.) Ammattilaisyhteistyö on osoittautunut tärkeäksi. Ammattilaisten välityksellä tieto vertaisosaajatoiminnasta menee tuen tarvitsijoille ja vertaisosaajille tulee yhteydenottopyyntöjä.

Projektipäällikön lisäksi projektissa työskentelee osa-aikainen yhdistystyöntekijä, joka vaihtuu toiminta-alueittain. Yhdistystyöntekijä työskentelee alueellisena yhteyshenkilönä toiminnan käynnistämisen ajan. Lisäksi projektissa toimii tarpeen mukaan tuntityöntekijöitä ja korkeakouluharjoittelijoita. Projektipäällikön esimiehenä toimii Autismi- ja Aspergerliiton toiminnanjohtaja. Projektin toimintaa tukee toimijakumppanien keskuudesta koottu ohjausryhmä joka kokoontuu 4-5 kertaa vuodessa.

### 3 Autismin kirjo

Autismin kirjo sana on yleisesti käytössä kuvaamaan kaikkia autismin kirjojen oireyhtymiä. Sitä käytetään kuvaamaan ryhmää jota yhdistää niin sanottu autistinen problematiikka. Sanaa autismi käytetään yhdestä skitsofrenian oireesta, joka tarkoittaa sisäänpäin kääntymistä ja itsekeskeistä ajatus- ja tunne-elämää. Tämän lisäksi sanaa autismi käytetään autismin kirjojen oireyhtymästä. Autismin kirjoon liittyy erilaisia piirteitä, joita enemmistöllä väestöstä ei ole. (Nylander 2011: 9-10.)

Suomessa on käytössä WHO:n kansainvälinen tautiluokitusjärjestelmä (*International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems, ICD*) ja siinä autismin kirjojen diagnoosit ovat kattokäsitteen laaja-alainen kehityshäiriö alla. Autismin kirjojen diagnooseja ovat ICD:n mukaan autismi, Aspergerin oireyhtymä, disintegratiivinen kehityshäiriö, epätyypillinen autismi ja Rettin oireyhtymä. (Autismiliitto 2016d.)

Autismin kirjo on neurobiologinen kehityshäiriö ja sen tunnusomaisia piirteitä ovat muun muassa vaikeudet sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, kommunikaatiossa ja käyttäytymisessä, esimerkiksi kaavamaiset kiinnostuksen kohteet ja toistavat liikkeet. Eriasteiset toiminnanohjauksen vaikeudet ja aistitoiminnan erityispiirteet ovat myös autismin kirjojen tyypillisiä piirteitä. Liitännäisdiagnoosit ovat autismin kirjojen ihmisillä tavallisia. (Autismi n.d; Autismiliitto 2016d.) Autismin kirjo eroaa älyllisestä kehitysvammaisuudesta siten, että vaikka kehitys on poikkeavaa ja epätasaista, se ei ole kokonaisuudessaan viivästyneempää ja hitaampaa (Nylander 2011: 22). Kehitysvammaisella ihmisellä voi kuitenkin olla myös autismidiagnoosi.

Autismin kirjojen -ihmisistä ei ole arvostavaa käyttää nimitystä autisti tai Asperger pelkästään diagnoosin perusteella. Diagnoosi on kuitenkin vain henkilön ongelmien, toimintarajoitteiden tai oireiden yleisnimi. Ihmistä ei pitäisi leimata tai kutsua koskaan diagnoosin nimellä. Todennäköisesti vaikuttamme autismin kirjojen henkilöihin kohdistuviin ennakkoluuloihin yhteiskunnassa, jos ajattelemme ja puhumme leimaamatta heitä ongelmien tai erityispiirteiden perusteella. Ennakkoluulot voivat olla monille autismin kirjojen henkilöille jopa yhtä haitallisia kuin heidän toimintarajoitteensa. (Nylander 2011: 10.) Edellä mainittujen seikkojen perusteella käytän tekstissäni käsitteitä autismin kirjojen -henkilö tai ihminen. Osa tieteellisestä tekstistä käyttää kuitenkin myös käsitteitä autisti ja autistinen.

### 3.1 Diagnosointi

Autismin kirjon diagnosointi ja varhaiskuntoutus on järjestetty vaihtelevasti eri puolilla Suomea. Pääasiallinen vastuu on erikoissairaanhoidolla kuntoutuksen vaativuuden vuoksi. Varhaiskuntoutuksen jälkeen kuntoutusvastuun ja suunnittelun käytännöt vaihtelevat ja pirstaloituvat huomattavasti. Vaihtelut johtuvat resursseista ja eroista palveluiden järjestämisvastuissa. (Reiman-Möttönen 2014: 17.)

Autismin kirjon diagnosointiin liittyvää uudistustyötä tehdään Suomessa parhaillaan ja se on osa kansainvälistä diagnoosimuutosta, joka esimerkiksi USA:ssa ja Ruotsissa on jo otettu käyttöön. Diagnoosimuutokset tulevat Suomessa tämän hetkisten arvioiden mukaan käyttöön vuonna 2018. Muutokseen liittyen autismin kirjo tulee jatkossa olemaan nimeltään autismikirjon häiriö (*Autism Spectrum Disorder, ASD*). Muutos liittyy diagnostisiin kriteereihin. Kriteereissä tulee muutoksen jälkeen näkymään esimerkiksi aistitoiminnan erityispiirteet, jos muutos noudattaa muun muassa USA:ssa käytössä olevaa diagnostista kriteeristöä. (Autismiliitto 2016f; Carpenter 2013.)

Diagnoosin muutoksesta ei ole Suomessa vielä olemassa julkaistua tietoa, mutta sitä valmistellaan Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL:n) johdolla. Osa uusista tutkimuksista käyttää jo autismikirjon häiriö -nimitystä ja tästä johtuen myös tekstissän esiintyvät molemmat nimitykset autismin kirjosta. Autismi- ja Aspergerliitossa käytetään pääasiallisesti autismin kirjo -käsitettä kunnes diagnoosimuutos astuu voimaan. Käsite autismikirjon häiriö on kuitenkin jo nyt liiton tiedotuksessa ja koulutustoiminnassa yhä enemmän esillä.

### 3.2 Esiintyvyys

Autismin kirjoa esiintyy eri kansainvälisten tutkimusten mukaan noin prosentilla maailman väestöstä. Suomessa arvioidaan edellä mainitun perusteella olevan noin 54 000 autismin kirjon ihmistä. Tämänhetkisen tutkimustiedon mukaan autismin kirjo on koko elämän jatkuvaa, eikä yhtä selittävää syytä autismin kirjon oireyhtymiin ole löytynyt. Yleisin autismin kirjon diagnooseista on Aspergerin oireyhtymä. Autismin kirjon piirteet ilmenevät jokaisella kirjon ihmisellä hyvin eri tavoin. Toiminnanrajoitteet, jotka johtuvat autismin kirjosta ovat myös yksilöllisiä. Kaikkien autismin kirjon henkilöiden käyttäytymisessä voidaan kuitenkin havaita ryhmää yhdistäviä, näkyviä ja tunnistettavia erityispiirteitä. (Autismiliitto 2016g.)

Kaikkien väestötutkimusten perusteella voidaan todeta, että autismin kirjon henkilöistä enemmistö on miehiä. Sen arvioidaan olevan jopa kahdesta kymmeneen kertaan yleisempää miehillä kuin naisilla. Syitä eroon ei ole tutkimuksissa saatu selville. Yhtenä syynä epäillään olevan, että autismin kirjon piirteet ilmenevät naisilla eri tavalla kuin miehillä ja diagnostiset kriteerit eivät näitä eroja tunnista. Epäilyjä on myös siitä, että esimerkiksi sosiaalisen vuorovaikutuksen vaikeudet ovat autismin kirjon naisilla huomaamattomampia ja että heillä ei ole vahvoja poikkeavia mielenkiinnon kohteita. (Nylander 2011: 21.) Kyse ei siis Nylanderin (2011) perusteella olisi siitä, että naisilla autismin kirjo on harvinaisempaa, vaan siitä, että heitä ei tunnisteta, tai piirteet voivat esiintyä lievempinä tai jopa eritavoin kuin miehillä. Aihetta käsitteleviä tieteellisiä kansainvälisiä artikkeleita on viime vuosina ilmestynyt paljon, mutta vielä eroa ei käsitykseni mukaan ole pystytty selvittämään tai naisilla esiintyviä piirteitä kartoittamaan tarkemmin.

Taulukko 1. THL:n 2014 julkaistun raportin mukaan autismin kirjon häiriöt ovat yleistyneet (Reiman-Möttönen 2014: 12)

Ikä	2009	2010	2011	2012
1–4 v	303	370	399	306
5–9 v	2 327	2 781	2 837	2 917
10–14 v	4 208	5 538	5 621	5 942
15–18 v	3 449	3 636	3 786	4 291
yli 18 v	3 014	3 738	4 394	5 684
Yht.	13 301	16 063	17 037	19 140

Lundströmin, Reichenbergin, Anckarsäterin, Lichtensteinin ja Gillbergin (2015) Göteborgin yliopistossa tekemän tutkimuksen mukaan autismin kirjon diagnoosien määrä on viime vuosina lisääntynyt vahvasti. Saman tulos on nähtävissä Reiman-Möttösen (2014) raportissa julkaistussa tilastossa (Taulukko 1.). Autismi kirjon esiintyminen on sen mukaan Suomessa yleistynyt joka ikäluokassa. Merkittävää lisääntymistä on nähtävissä varsinkin yli 18 vuotiaiden kohdalla. Aikuisiällä diagnosoidaan varsinkin Aspergerin oireyhtymää, jota ei henkilöiden kohdalla lapsuudessa ole tunnistettu. Lundströmin ym. (2015) tutkimus osoitti, että autismin kirjon diagnoosien määrän lisääntyminen johtui laajentuneista diagnostisista kriteereistä sekä siitä että useampi hakee apua ja myös siitä, että tietoisuus autismin kirjosta on lisääntynyt. Diagnoosien määrän kasvu ei johdu tutkimuksen mukaan siitä, että autismin kirjon oireet olisivat yleistyneet väestössä. (Autismiliitto 2016g.)

Autismin kirjon diagnoosien määrän lisääntyessä on myös vapaaehtoistoiminnan kehittäminen, uusien toimintatapojen käynnistäminen ja käyttöön juurruttaminen tarpeellista.

#### **4 Suomalainen vapaaehtoistoiminta**

Suomessa on pitkät perinteet vapaaehtoistoiminnalle, esimerkiksi edelleen toimivat Suomen Mielenterveysseura, Helsinki Missio ja Suomen Punainen Risti ovat toimineet jo 1800 -luvulta alkaen (Marjovuori 2014: 25).

Vapaaehtoistoimintaa määritellään pääosin vapaaehtoisuuden ja palkattomuuden käsitteillä (Pessi – Oravasaari 2010: 9). Vapaaehtoistoiminta on ollut viime vuosina paljon esillä, mikä johtuu osittain Suomessa käynnissä olevasta sosiaali- ja terveysalan murroksesta (sote-uudistus, hallituksen tekemät säästöleikkaukset, lakimuutokset ym.). Päättäjätkin tunnustavat jo vapaaehtoistyön arvon ja järjestöjen ylläpitämä vapaaehtoistoiminta on oleellinen osa suomalaista yhteiskuntaa, ihmisten elämää ja vapaa-aikaa, eli yleistä hyvinvointia. Vapaaehtoisten näkökulmasta tehty vapaaehtoistoiminnan tutkimus on perinteistä ja arvostuksesta huolimatta edelleen harvinainen tutkimuksen kohde Suomessa. Nimenomaan vapaaehtoisten omaan näkökulmaan rakentuva ja syvällisempi laadulliseen tutkimukseen perustuva tieto on vähäistä. (Marjovuori 2011:32.)

Vapaaehtoistoiminnan tutkimuksen perinne on luonteeltaan poikkitieteellinen, koska koko toiminnan kenttä on ilmiönä laaja ja moniulotteinen. Tästä johtuen vapaaehtoistoiminnan tutkimuskentän hahmottaminen on vaikeaa. Vapaaehtoistoiminta ei kuulu vain yhden tieteenalan alle, vaan se on luontevaa monille eri tieteenaloille. Tutkimusten perusteella kokonaiskuvan hahmottaminen vapaaehtoistoiminnasta on eri tieteenaloista huolimatta kuitenkin mahdollista. (Marjovuori 2014: 14.)

##### **4.1 Vapaaehtoistoiminta ja vapaaehtoistyö**

Vapaaehtoistoiminnan ja vapaaehtoistyön käsitteillä on sävyeroja, tosin siitä on eriäviä mielipiteitä onko niitä tarpeen erottaa toisistaan. Valliluoto (2014) mainitsee raportissaan, ettei käsitteiden erottaminen ei välttämättä olisi tarpeen. Hänen raportissaan on

vapaaehtoistoiminnan ja vapaaehtoistyön käsitteiden eroa kuitenkin tarkasteltu myös siitä näkökulmasta, että vapaaehtoistyön katsotaan painottavan yksilön toimintaa ja vapaaehtoistoiminnan olevan kollektiivista toimintaa. Vapaaehtoistyö vaatii vapaaehtoisen sitoutumista tehtävään ja siinä on usein kyse kolmannen osapuolen auttamisesta tai jostain muusta konkreettisesta tehtävästä, jonka vapaaehtoinen suorittaa. Vapaaehtoistyö tarkoittaa myös sitä, että yksilö päättää itse olevansa toiminnassa mukana ja liittyy siten organisoituun vapaaehtoistointaan. Vapaaehtoistointa voi silloin kuvata kokonaisuutta jonka yksi osa on vapaaehtoistyö. Koskiahon (2001) mukaan vapaaehtoistointa käsitettä voidaan käyttää myös osasta harrastustoiminnasta ja erilaisten ryhmien kokoontumisesta. Yleensä harrastustoiminta eroaa kuitenkin vapaaehtoistoiminnasta niin, että viimeksi mainitusta hyötyy kolmas osapuoli. (Valliluoto 2014: 14; Koskiahon 2001: 16.)

Vapaaehtoistoiminnan ja vapaaehtoistyön käsitteiden erottamista tärkeämpänä pidetään yleensä vapaaehtoistyön ja palkkatyön erottamista toisistaan. Palkkatyöstä saadaan aina materiaallinen vastike (raha) ja sitä tehdään suurimmaksi osaksi työnantajan alaisuudessa. Palkkatyön tekemiseen kuuluu ammatillisuus ja siihen edellytetään tiettyä pätevyyttä. Vapaaehtoistyön tekemiseen riittää yleensä sen sijaan tavallisen ihmisen tiedot ja taidot. Myös vapaaehtoistyön käsite liittyy sen ja palkkatyön eroihin. Valliluodon (2014) raportissa mainitaan myös, että osa järjestökentän toimijoista käyttää mieluummin vapaaehtoistointa käsitettä juuri sen vuoksi, että vapaaehtoistyö voi tuoda sanana mielikuvan palkkatyöstä. Osa vapaaehtoisista toimii tehtävissä jotka muistuttavat palkkatyötä, mutta vapaaehtoistoiminnan koko kenttää määritellään yleensä juuri palkattomuudella. (Valliluoto 2014: 14.)

Vertaisosaajatoimintaan liittyy toisten ihmisten auttaminen ja tukeminen (Autismiliitto 2016h). Auttaminen liittyy yleensä kiinteästi vapaaehtoistyöhön ja sitä kautta ihmisen omaan arvomaailmaan, mihin hän uskoo ja mitä pitää tärkeänä. Vapaaehtoistyössä ihminen sitoutuu auttamaan toisia ja se koetaan sekä etuoikeutena että velvollisuutena ja eroaa siten spontaanista arjessa tapahtuvasta auttamisesta. (Ojanen 2001: 105.)

Vapaaehtoistoiminnan ja vapaaehtoistyön käsitteitä käytetään siis vaihtelevasti joko samaa tarkoittavasti tai niin, että niillä on eri merkitys. Vertaisosaajatoiminta -käsitettä käytän Arjessa alkuun -projektissa ja tässä opinnäytetyössä kuvaamaan kokonaisuutta johon kuuluu kaikki toimintaan liittyvät asiat vapaaehtoisten tekemästä tehtävästä projektipäällikön tekemään toiminnan johtamiseen. Vertaisosaajien tekemästä

tehtävästä jossa he kohtaavat tuen tarvitsijoita, käytän käsitettä vapaaehtoistyö, jota vertaisosaajatoiminnassa kuvaan usein sanoilla kohtaaminen ja tuen antaminen.

#### 4.2 Vapaaehtoistyön koulutus, työnohjaus ja tuki

Vapaaehtoistoimintaan lähdetään usein mukaan pidemmän mietinnän tuloksena (Mykkänen-Hänninen 2007: 23). Vapaaehtoiseksi haluaville järjestetään usein rekrytoinnin jälkeen peruskoulutus tehtävään. Peruskoulutus on osa suunnitelmallisuutta ja se antaa vapaaehtoiselle valmiuksia toimia tehtävässä ja kohdata mahdollisia haasteita joita hän vapaaehtoisena kohtaa. (Marjovuo 2014: 89.) Vapaaehtoisten peruskoulutus voidaan toteuttaa myös niin, että se on molemmille osapuolille niin sanottu harkinta-aika. Koulutuksen aikana sekä osallistuja että toiminnan järjestäjä voivat vielä arvioida ja tunnustella osallistujan sopivuutta tehtävään. Peruskoulutuksen tavoitteena on lisäksi antaa tietoa toimintaa järjestävästä organisaatiosta, toimintaympäristöstä ja lisätä myös ymmärrystä siitä minkälaisesta vapaaehtoisuudesta on kyse. (Mykkänen-Hänninen – Kääriäinen 2009: 24.)

Vapaaehtoisten peruskoulutuksen sisältöön tulee kiinnittää huomiota erityisesti silloin kun vapaaehtoistyö on ihmisten kohtaamiseen ja keskinäiseen vuorovaikutukseen perustuvaa. Koulutuksissa ja vapaaehtoisten tehtävien suunnittelussa tulee kuitenkin muistaa, että vapaaehtoistyö on lopulta maallikkoauttamista. Tärkeää on, että vapaaehtoisten koulutus vastaa sisällöllisesti juuri sitä tehtävää jossa vapaaehtoinen toimii. (Mykkänen-Hänninen 2007: 57.)

Toisen ihmisen tukemiseen perustuva vapaaehtoistyö edellyttää lähes aina myös ryhmämuotoisen työnohjauksen järjestämistä. Vapaaehtoiset noudattavat vaitiolovelvollisuutta ja työnohjaustilanteet ovat ainoita hetkiä jolloin vapaaehtoiset voivat keskustella ja vaihtaa kokemuksia tehtävästä muiden kanssa. Työnohjaus tarjoaa mahdollisuuden siihen, että vapaaehtoinen voi käydä läpi tehtävässä syntyneitä tunteita ja keventää mieltään. Työnohjaukset tukevat myös vapaaehtoisen kehittymistä ja oppimista tehtävässään. (Mykkänen-Hänninen – Kääriäinen 2009: 25.) Merkittävää on mahdollisuus peilata omia näkemyksiä muiden näkemyksiin vapaaehtoistyöstä, siihen liittyvistä kohtaamisista ja erilaisista tilanteista (Willberg 2015: 23). Vapaaehtoisten työnohjauksella ei vielä ole pitkiä perinteitä ja se hakee monissa organisaatioissa muotoaan. Työnohjauksen ohjaajat vaihtelevat vapaaehtoisesta, sosionomiin ja työnohjaajaan.

Vapaaehtoistoimintaa järjestävän organisaation on otettava toimintaa järjestäessä huomioon sellainen tuki ja ohjaus, joka tukee vapaaehtoisten jaksamista ja toiminnan jatkuvuutta. Vapaaehtoisten yhteisöllisyyden vahvistaminen ja osallisuuden tukeminen edellyttävät arvostamista ja selkeästi organisoitua toiminnan kokonaisuutta. (Mykkänen-Hänninen 2007: 53.)

#### 4.3 Vapaaehtoisten käsitykset toiminnasta

Kuten aikaisemmissa luvuissa kävi ilmi vapaaehtoisen ja palkkatyötä tekevien tehtävät eroavat toisistaan. Ne eivät kuitenkaan ole täysin toisistaan erillisiä. Tehtävien välillä on nähtävissä vuorovaikutusta ja molempien osapuolten on hyvä ymmärtää niiden välinen dynamiikka. Vapaaehtoistyössä voi kokea riippumattomuutta ja vapaudentunnetta joka ei palkkatyössä aina ole mahdollista. Vapaaehtoinen voi myös kokea esimerkiksi työstressistä irtautumisen kokemuksia tehdessään vapaaehtoistyötä. Vapaaehtoiset kokevatkin saavansa toiminnasta erilaista palkkiota kuin mitä palkkatyöstä saa. Vapaaehtoistyössä palkkio on yleisimmin sisäistä, esimerkiksi positiivisia tunteita ja tyydytystä mahdollisuudesta ilmaista omaa persoonallisuuttaan. (Marjovuori 2014: 18, 72, 104–139.)

Vapaaehtoistehtävissä on usein mahdollista ilmaista myös hoivaan ja huolenpitoon liittyviä tarpeita. Se voi myös antaa tekijälleen mahdollisuuden henkiseen kasvuun, juuri sen vuoksi, että siinä voi kokonaisvaltaisesti ilmaista itseään. Se voi tarkoittaa itselle tärkeän asian ja kokemuksen jakamista. Vapaaehtoistyön kautta voi siis kokea merkityksellisyyden tai hyödyllisyyden kokemuksia. (Marjovuori 2014: 103; Mykkänen-Hänninen 2007: 23.) Vapaaehtoistyö tarjoaakin siis tekijälleen mahdollisuuden käyttää omia vahvuuksiaan ja tehdä itselle mielekästä ja omia arvoja vastaavia tehtäviä.

#### 4.4 Vapaaehtoistoiminnan kehittäminen

Vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen liittyy kiinteästi myös toiminnan johtaminen. Ellei vapaaehtoistoimintaa johdeta, on se löyhästi organisoitua ja toiminnan kehittäminen on haastavaa. Johtaminen luo vapaaehtoisille vakaan toimintaympäristön. Vapaaehtoistoiminta vastaa aina järjestön arvoja ja tavoitteita. Niitä myös vapaaehtoisella on toiminnassa mukana ollessaan mahdollisuus tavoitella. Käytännössä vapaaehtoistoiminnan johtaminen tarkoittaa kaikkea toiminnan suunnittelusta ja



kehittämisestä vapaaehtoisten kanssa työskentelyyn ja toiminnan koordinointiin. Kehittäminen on mahdollista jos johtaja tuntee vapaaehtoisten tehtävän ja organisaation ja omaa siten kokonaisvaltaisen ymmärryksen toimintaympäristöstä. (kts. Kuuluvainen 2015: 9.)

Täytyy kuitenkin muistaa, että johtaminen liittyy professionaalisuuteen ja ammatillisuuteen. Niihin liittyvä kontrolloiminen ja byrokratia voivat kääntyä vapaaehtoistoimintaa vastaan. Onkin tärkeää, että toimintaa kehittäessä kuunnellaan aina vapaaehtoisten näkemyksiä. Osallistuminen ja vaikuttamisen mahdollisuus on olennainen osa ihmisen identiteettiä. Ne ovat myös vapaaehtoisuutta vahvistavia tekijöitä. Kehittämispyrkimyksissä edellä mainitut voivat olla myös ainoa keino saavuttaa haluttuja muutoksia. (kts. Marjovuori 2014: 154, Kurki 2001: 115.)

Suomessa vapaaehtoistoimintaa järjestävät kuntien, sairaanhoitopiirien ym. lisäksi useat sosiaalialan järjestöt. Ne järjestöt joissa toimintaa on organisoitu, on yleensä myös palkattuja työntekijöitä. Vapaaehtoistoimintaa ei olekaan syytä jättää oman onnensa nojaan, vaan nykyään ammatillisuuden ja toiminnan johtamisen katsotaan olevan eduksi kaikille osapuolille. (Pessi – Oravasaari 2010: 165.) Ammattimaisesti johdetussa vapaaehtoistoiminnassa etuna on toiminnan jatkuvuuden takaaminen rahoituksella ja toiminnan suunnitelmallisuus työntekijöiden toimesta. Vapaaehtoiset voivat silloin keskittyä antamaan oman panoksensa juuri heille suunniteltuun tehtävään. (Kuuluvainen 2015: 17.)

Ammattimaisesti johdettu vapaaehtoistoiminta on Suomessa yleistynyt verrattuna kansalaisyhdistyksien vapaaehtoisten ylläpitämään toimintaan. Esimerkkejä päinvastaisesta on vaikea löytää. Kehitys johtuu todennäköisesti siitä, että vapaaehtoistoimintaa mahdollistava rahoitus vaatii ammattimaista hallintoa, sitoutumista ja pitkäjänteistä toimintaa. Vapaaehtoisten ylläpitämänä toimintana edellä mainitut ovat haasteellisia toteuttaa. (Kuuluvainen 2015: 25.)

Vapaaehtoistoiminnan kehittämisen ja toiminnan paremman suunnittelun puolesta puhuu Pessi – Oravasaaren (2010) raportti järjestöjen toiminnasta. Sen mukaan vapaaehtoistoiminnan tavoitteiden koettiin järjestöissä toteutuneen selvästi useammin erittäin hyvin, kun toiminnan suunnitteluun panostettiin ja laadittiin toiminnalle oma suunnitelma tai strategia. Välttämättä järjestössä ei vapaaehtoistoiminnalle kohdennettua omaa strategiaa tarvitse kuitenkaan laatia. Olennaista on, että

vapaaehtoistoiminta ei ole suunnittelematonta ja järjestön strategiasta erillään olevaa toimintaa. Järjestöissä joissa on vapaaehtoistoiminnan johtamisen ammattilainen, arvioidaan vapaaehtoistoiminnalla olevan huomattavasti suurempi merkitys muun muassa ihmisten terveydelle ja hyvinvoinnille kuin muissa järjestöissä. (Pessi – Oravasaari 2010: 168.)

Yhteisöllisyydentunne on yksi keskeinen tekijä ja edellytys kestäväälle vapaaehtoistoiminnalle. Yhteenkuuluvuus ja yhteisöllisyys eivät aina välttämättä tarkoita tapaamisia, koska vapaaehtoistyötä tehdään usein myös yksin. Yhteenkuuluvuus voi tarkoittaa myös kokemusta siitä, että kuuluu johonkin itseä isompaan toimintaan. Järjestön tulee pitää huolta, että vapaaehtoisille tiedotetaan järjestön toiminnasta ja samalla järjestö antaa vapaaehtoisille kokemuksen, että he ovat tärkeä osa järjestön toimintaa ja sen toiminnan kehittämistä. (Marjovuo 2014: 134.) Yhteisöllisyyden voi tämän perusteella nähdä olevan myös sidoksissa osallisuuteen vapaaehtoistoiminnan kehittämisessä.

## 5 Vertaistuki

Vertaistuki ja vapaaehtoistoiminta liittyvät usein toisiinsa, mutta ne ovat eri toimintoja. Vaitin mukaan vertaistuki jaetaan usein kolmeen erilaiseen tuen muotoon, jotka ovat vertaisten kahdenkeskinen tuki, vertaisten keskinäiset ryhmät ja ammattilaisen ohjaamat ryhmät (Vaitti 2010: 7). Vertaistuen voidaan monissa tapauksissa käsittää olevan yksi vapaaehtoistoiminnan muodoista (Mykkänen-Hänninen 2007: 26).

Taulukko 2. Seuraavassa kuvataan pelkistetysti vapaaehtoistyön ja vertaistuen lähtökohtia. (Mykkänen-Hänninen 2009: 13)

Vapaaehtoistyö	Vertaistuki
<ul style="list-style-type: none"> <li>- halu auttaa erilaisissa elämäntilanteissa</li> <li>- vuorovaikutuksessa tukemista, jossa merkittävää emotionaalinen läsnäolo</li> <li>- omat kokemukset eivät ole tukisuhteen keskiössä</li> <li>- tuki/apu on yksisuuntaista (epäsymmetristä)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- halu hyödyntää omaa kokemusta toisen auttamisessa</li> <li>- vuorovaikutuksessa tukemista, jossa merkittävää emotionaalinen läsnäolo</li> <li>- omat kokemukset ovat tukisuhteen perusta</li> <li>- tuki/apu on tasavertaista ja vastavuoroista (symmetristä).</li> </ul>

Yksinkertaistettuna vapaaehtoistyön ja vertaistuen erot näkyvät selkeästi yllä olevassa taulukossa (Taulukko 2.). Halu auttaa toisia on vapaaehtoistyötä ja halu auttaa toisia omaa elämäkokemustaan hyödyntäen on vertaistukea. Vertaisosaajan vapaaehtoistyö on vastavuoroista ja siinä tukisuhteen perustana on yhteinen kokemus autismin kirjosta. (Autismiliitto 2016a).

Vertaistuki ei ole uusi asia ihmisten välisessä kanssakäymisessä. Jo ennen varsinaisten vertaistukiryhmien perustamista yhteisöissä on ollut erilaisia keskinäisen tuen, auttamisen ja vapaaehtoistyön muotoja. Erityisesti perheenjäsenten ja suvun kesken tuen antaminen ja vastavuoroisuus on aina ollut yleistä. Vaikka ammattilaisilta saisi apua ja tukena olisi oma lähiverkosto, ihmiset kokevat kuitenkin usein jäävänsä kaipaamaan tukea jota saa vain vertaisilta. Samaa kokeneilta tai samassa elämäntilanteessa olevilta ihmisiltä saatu tuki koetaan tärkeäksi. (Nylund 1999: 116.)

Vertaistuki ja vertaistoiminta ovat sosiaalialalla yhä tunnetumpia. 1990-luvulla Suomessa syntyi Oma-apuliike protestina sosiaali- ja terveysalan asiantuntijakeskeiselle toiminnalle. Liikkeen perustamisen taustalla oli kokemus siitä, että asiakkaat jäivät passiivisiksi osapuoliksi työkäytännöissä jotka koettiin liian professionaalisina. Oma-apuliikkeessä sen sijaan korostettiin ihmisen asiantuntijuutta liittyen omaan elämäänsä. (Jantunen 2010: 85.)

Vertaistuella on myös yhteiskunnallisia vaikutuksia ja ne ovat tunnistettavissa ihmisten hyvinvoinnissa. Vertaistuen tiedetään vähentävän muiden palveluiden käyttöä. Vertaistukeen liittyy kuitenkin myös toinen puoli, joka voi tukea yksilön osallisuutta yhteiskuntaan ja toimia tiedonvaihtona, joka saattaa lisätä palveluiden käyttöä. Vertaistuen avulla ihmiset saattavat tulla tietoisiksi omista oikeuksista ja mahdollisuuksista esimerkiksi palveluiden suhteen. (Hyväri 2005: 220–224.)

Vertaistuen tavoitteena on edistää osallistujien hyvinvointia ja jaksamista. Vertaisten keskinäisessä vertaistuessa on tärkeää, että tuen antaja on prosessoinut omaa elämäntilannettaan niin, että omien kokemusten jakamisen tarve ei ole enää päällimmäisenä. Tuen antajalla tulee olla selviytymisen kokemus jota hän voi jakaa. Selviytymisen kokemukset lisäävät tuen saajan uskoa omiin selviytymisen mahdollisuuksiin. Varsinkin vertaissuhteen alussa on tärkeintä, että tuen tarvitsija tulee aidosti kuulluksi. Vapaaehtoinen ei vertaistukisuhteessa muutukaan siis heti tuen antajaksi, vaikka yhdistävä tekijä onkin alusta asti yhteinen elämäkokemus.

Kokemukset vaikuttavat siihen, että he voivat ymmärtää toistensa tunteet, ajatukset ja kokemukset. Parhaimmillaan vertaistuki antaa tuen saajalle ainutlaatuisen kokemuksen. Hän tulee silloin aidosti ymmärretyksi ja vuorovaikutustilanne antaa hänelle uusia näkökulmia omaan elämäntilanteeseen. (Mykkänen-Hänninen 2007: 26.)

Kokemus siitä, ettei ole yksin ja samaa kokeneita on muitakin, on yksi vertaistuen perusasioista. Vertaistuen avulla voi myös antajalle muodostua uusia näkökulmia siihen kuinka yksilöllisiä ja erilaisia samaa kokeneiden ihmisten tilanteet ovat. Vertaisten välistä suhdetta ei tulisikaan kutsua asiakkuudeksi, vaikka toinen osapuoli olisikin selvästi tuen antaja. Vertaistuessa molemmat voivat sekä saada että antaa tukea. Vertaissuhde on asiakkuutta tasa-arvoisempi ihmisten välinen vuorovaikutussuhde. (Huuskonen 2015.)

Vertaisosaajatoiminnassa käytän palvelua käyttävistä nimikkeitä tuen saajat tai tarvitsijat ja yhteydenottajat. Asiakas-nimikettä en käytä, koska se viittaa yleensä työntekijän ja palvelun käyttäjän suhteeseen ja se voi, kuten Huuskosta (2015) mukaillen tasa-arvoisen suhteen kannalta haastava käsite. Vertaisosaajatoiminta on positiivista ja voimaannuttavaa sekä vertaisosaajalle että tuen saajalle (Autismiliitto 2016e). Olen vertaisosaajatoiminnassa kokenut käsitteiden erottamisen tarpeelliseksi. Toiminnassa on tarpeellista korostaa, että vertaisosaajakin saa positiivisia kokemuksia tehtävästä. Asian ilmaiseminen on usein tärkeää myös toimintaan lähtemisen ja sitoutumisen kannalta.

## **6 Arjessa alkuun -vertaisosaajatoiminta**

### **6.1 Vertaisosaaja**

Vertaisuudella tarkoitetaan ihmisiä joilla on samanlainen elämäntilanne tai yhteinen kokemus. Vertaisuudesta puhutaan usein tarkoittamaan kaikkea mahdollista yhteistä kokemusta, esimerkiksi äitiydestä, sisaruudesta tai sairastumisesta. (Hyväri 2005: 215.) Kokemusasiantuntijalla tarkoitetaan taas ihmistä joka tietää, mikä häntä tai hänen perheenjäseniään on auttanut ja mitkä tekijät ovat vaikuttaneet elämäntilanteesta selviytymiseen. Kokemusasiantuntija haluaa myös auttaa muita oman kokemuksensa perusteella. (Kuosmanen – Rissanen – Kurki 2013.) Arjessa alkuun vertaisosaajalla on kokemus autismin kirjosta ja arjessa selviytymisestä. Hän antaa henkilökohtaista tukea

sitä tarvitsevalle. Vertaisosaajaa voitaisiin siis myös nimittää edellisen perusteella kokemusasiantuntijaksi. Kokemusasiantuntija voi kuitenkin osallistua myös palveluiden kehittämiseen ja sitä vertaisosaaja ei vapaaehtoistehtävässään tee. (kts. Autismiliitto 2016a; Kuosmanen ym. 2013.)

Kostiainen ym. (2014) THL:lle tekemässä raportissa mainitaan, että kokemusasiantuntijuus ja vertaistoiminta ovat erotettavissa selkeästi toisistaan. Vertaistoiminta on vertaisten kesken järjestettyä toimintaa, jossa vertainen voi myös ohjata toimintaa tai antaa vertaistukea sitä tarvitsevalle. Vertaistuki voi myös olla myös käytännön avun antamista. Kokemusasiantuntijan tehtävä on näkyä laajempien ryhmien toiminnoissa ja usein myös yhteiskunnallisissa vaikuttamistehtävissä. (Kostiainen – Ahonen – Verho – Rissanen – Rotko 2014: 14). Kokemuksiin ja vertaisuuteen perustuvista vapaaehtoisista on siis käytössä useita eri nimikkeitä ja he toimivat erilaisissa tehtävissä. Sama ihminen voi kuitenkin eri yhteyksissä toimia eri vapaaehtoisnimikkeillä riippuen tehtävästä ja toimintakentästä.

Arjessa alkuun -vertaisosaajat ovat Autismi- ja Aspergerliiton jäsenyhdistyksen jäseniä. Suurin osa vertaisosaajista on autismin kirjon lasten vanhempia. Mukana toiminnassa on myös isovanhempia, aikuisia autismin kirjon -henkilöitä ja heidän puolisoitaan. Vertaisosaajan tehtävään liittyy, että hänellä on kokemus autismin kirjon diagnoosin saamisesta. Vertaisosaajan tehtävä ei sisällä kuntoutukseen, lääkintään tai diagnosointiin liittyvää neuvontaa. Tätä on korostettu vuoksi, että autismin kirjo on monimuotoinen, eikä siihen ole olemassa yhtä hyväksi todettua kuntoutusmuotoa tai esimerkiksi lääkitystä josta voi jakaa kaikille samaa tietoa. Pääosin vertaisosaajat ovat kuuntelijoita, joilla on aikaa keskusteluun ja he antavat toivoa siitä, että tulevaisuudesta voi selvitä. He osaavat myös kertoa minkälaiset tukimuodot ja toimintatavat ovat heidän kohdallaan olleet hyödyllisiä.

## 6.2 Vertaisosaajakoulutukset

Henkilökohtaiseen vertaistukeen perustuvassa vapaaehtoistyössä on erityispiirteensä, joihin järjestävän organisaation on kiinnitettävä huomiota toimintaa järjestäessään. Vapaaehtoisten elämäkokemuksen prosessointiin liittyvät vaiheet on huomioitava sekä vapaaehtoisten valinnassa että heille annetussa peruskoulutuksessa ja tuessa. (Mykkänen-Hänninen 2007: 26.)

Vertaisosaajille järjestetään rekrytinnin ja ennakkohaastattelun jälkeen perus- eli vertaisosaajakoulutus tehtävään. Molemmilla osapuolilla on käytössään Mykkänen-Hänninen ja Kääriäisen (2009: 24) mainitsema harkinta-aika ja varsinaiset päätökset vertaisena toimimisesta tehdään vasta peruskoulutuksen päätyttyä. Vertaisosaajatoiminnassa mukana olevan täytyy olla valmis kohtaamaan ja kuuntelemaan muita ja näihin taitoihin liittyviä valmiuksia voi miettiä vielä vertaisosaajakoulutuksen aikana.

Vertaisosaajakoulutuksia järjestetään Arjessa alkuun -projektin toiminnan aikana neljä kertaa, kerran jokaisella toiminta-alueella. Koulutuksia oli vuoden 2015 loppuun mennessä ollut kahdella alueella. Vertaisosaajien koulutusillat on jaettu viiteen eri kertaan ja niiden aiheita ovat vertaisosaajatoiminnan periaatteet, autismin kirjo, kohtaaminen, palvelujärjestelmä ja voimavaralähtöinen vertaisosaajatoiminta. Viimeksi mainittu osio sisältää jo toiminnassa mukana olevien vertaisosaajien kanssa kokemusten jakaminen ja oppiminen muiden kokemusten avulla. Koulutukset kestävät yhteensä 20 tuntia ja ne on jaettu kolmeen iltakoulutukseen ja kahteen kokopäivän kestävään koulutuskertaan. (Autismiliitto 2016h.)

Vertaisoppiminen tarkoittaa Öystilän (2011) mukaan sellaisten opetusmenetelmien käyttöä, joissa opiskelijat saavat mahdollisuuden oppia toisiltaan. Kouluttajan rooli ei ole opettaa, vaan hänen täytyy rakentaa vertaisoppimisen mahdollistava tilanne. Kouluttaja on läsnä, mutta hän ei tarjoa valmiita vastauksia, eikä kontrolloi oppimistilanteita. (Öystilä 2011.)

Vertaisosaajakoulutuksissa ei käytetä oppimismenetelmänä vain luentomuotoista koulutusta. Koulutuksissa toisten vertaisoppiminen on keskeinen oppimismenetelmä. Autismin kirjon piirteiden yksilöllisen ilmenemisen vuoksi, on selvää että siihen liittyvät elämäkokemukset vaihtelevat suuresti. Vertaisosaajakoulutuksissa ei valmiita vastauksia ole läheskään jokaiseen asiaan tarjolla. Vertaisosaajien tehtävässä on sama tilanne. Koulutuksissa kokemuksien vaihdon tavoitteena on yksilöllisyyden ymmärtäminen ja erilaisten, omista kokemuksista eroavien tuntemusten hyväksyminen. Tarkoituksena on, että vertaisoppimisen kautta vertaisosaaja saa valmiuksia toimia tehtävässään ja hyväksyy sen, ettei kaikkiin tuen tarvitsijan tarpeisiin voi vastata. Koulutuksien tarkoituksena ei kuitenkaan ole muodostua vertaistukiryhmien kaltaisiksi tilanteiksi, joissa tavoitteena on käydä läpi omaa elämäntilannetta, saada työkaluja ja voimia selviytymiseen. Voimaantumisen tunne vertaisoppimistilanteissa on koulutuksista

kerättyjen välittömien palautteiden perusteella kuitenkin yleistä. Vertaisosaajakoulutuksen aikana vertaisosaajat käyvät läpi omia arjessa selviytymisen keinoja konkreettisesti. Oman selviytymisen kokemuksen tiedostaminen voimavaraksi ja ymmärrys, että muut voivat hyötyä siitä vahvistuu vertaisosaajakoulutuksen aikana. (kts. Autismiliitto 2016i; Öystilä 2011.)

### 6.3 Vertaisosaajatoiminta

Ensietoverkosto, joka koostuu useasta eri viranomaistoimijasta ja kolmannen sektorin järjestöstä on todennut, suomalaisen ensitiedon antamisen käytännöt alueellisesti epätasa-arvoisiksi. Ensietoverkosto on alun perin perustettu juuri sen vuoksi, että alueellisia eroja Suomessa voitaisiin kaventaa kansallisten ensitiedon suosituksien aikaansaamiseksi. Verkosto on todennut, että tietoa vertaistukiryhmistä ei ensitiedon yhteydessä välttämättä saa ja sitä tietoa pidetään ensiarvoisen tärkeänä varhaisessa vaiheessa. (Ensietiedon antaminen 2014: 5.)

Vertaisosaajatoiminta kohdentuu hetkeen, jossa ammattilaisilta on ensitieto tai epäily autismin kirjosta saatu. Autismiin kirjon diagnosointi voi olla pitkäkestoinen prosessi, joten diagnoosin ei tarvitse olla varmistunut siinä vaiheessa, kun yhteydenottopyynnön vertaisosaajalle tekee. Yhteyttä vertaisosaajaan voi ottaa myös jos diagnoosin saannista onkin jo pidempi aika, mutta vertaisuudesta ei ole vielä kokemusta. (Autismiliitto 2016d.) Vertaisosaajat tapaavat yleensä tuen tarvitsijat ennen kuin he ovat hakeneet sopeutumisvalmennuskurssille. Kursseille pääsee yleensä vuoden kuluessa hakemuksen laittamisesta, joten ensitiedon saamisen ja sopeutumisvalmennuksen välissä on ajanjakso jolloin usein ei muuta kuin vertaistukea ole saatavilla.

Vertaisosaajatoiminnan periaatteet on strukturoitu ja niitä vertaisosaaja sitoutuu toiminnassa noudattamaan. Vertaisosaajakoulutuksen päätteeksi tehdään sopimukset vertaisosaajana toimimisesta. Sopimukset sisältävät esimerkiksi lupauksen että Autismi- ja Aspergerliitto antaa vertaisosaajille tukea ja koordinoi toimintaa. Vertaisosaaja sitoutuu puolestaan noudattamaan toiminnan periaatteita, muun muassa vaitiolovelvollisuutta.

Vertaisosaajat antavat tukea saman elämäkokemuksen omaaville tuen tarvitsijoille. Vanhemmat antavat tukea autismin kirjon lasten vanhemmille ja aikuiset kirjon henkilöt vastaavasti aikuisille. Vertaisosaajan kanssa voi kohdata omassa arkiympäristössä.

Vertaisosaajiin saa yhteyden liiton nettisivuilla olevan yhteydenottolomakkeen kautta. (Autismiliitto 2016d.) Vertaisosaajatoiminnasta käytetään myös nimitystä jalkautuva vertaistoiminta. Vertaisosaajat voivat mennä pareittain tapaamaan tuen tarvitsijaa tämän arkiympäristöön. Toiminnalla pyritään hetken rinnalla kulkien saattamaan tuen tarvitsija paikalliseen vertaistukiryhmään mahdollisimman varhain. Ryhmään lähteminen ilman vertaisosaajan tukea voi varhaisessa vaiheessa olla liian suuri askel yksin otettavaksi. (Vienonen 2014.)

Projektipäällikkönä yksi minun tehtävistäni on luoda toiminta-alueilla ammattilaisverkosto, joka tiedottaa omille asiakkailleen vertaisosaajien tarjoamasta tuesta. Diagnoosin antamisen yhteydessä voi ensitietoon sisällyttää tiedon Arjessa alkuun -vertaisosaajasta ja siitä miten yhteydenotto tehdään. Yhteydenottopyynnöissä olevat tiedot eivät mene muille kuin minulle ja pyynnön vastaanottaneelle vertaisosaajalle. Tietoja ei luovuteta muille tai säilytetä yhteydenpidon jälkeen.

#### 6.4 Vertaisosaajien työnohjaus ja tuki

Vapaaehtoisten tehtäviä määriteltäessä on hyvä ottaa huomioon heille annettu tuki tehtävään. Tuen muodot on määriteltävä ja mietittävä, kun toimintaa suunnitellaan. (Kuuluvainen 2015: 81.) Ensimmäisen koulutusryhmän vertaisosaajat aloittivat vapaaehtoisina toimimisen helmikuussa 2015. Vertaisosaajilla on mahdollisuus kysyä toimintaan ja kohtaamisiin liittyviä kysymyksiä minulta. Yhteydenpitoon kanssani on kannustettu sekä vertaisosaajakoulutuksessa että siinä vaiheessa, kun vertaisosaaja vastaanottaa uuden yhteydenottopyynnön. Vertaisosaajat saavat tukea sähköpostitse ja puhelimitse. Vuoden 2015 aikana vertaisosaajapyyntöjä tuli yhteensä 38 kpl. Tukea jota olen peruskoulutuksen jälkeen antanut vertaisosaajille, ei ole ensimmäiseltä toimintavuodelta tilastoitu ja seurattu. Edellä mainittu johtuu siitä, että toiminnan käynnistyessä ei henkilökohtaisen tuen tarpeen määrän suurta tarvetta osattu ennakoida, vaikka tukea onkin toiminnan alusta alkaen vertaisosaajille tarjottu. Tuki on ollut käytännönläheistä, kohtaamisen haasteisiin ja toiminnan periaatteisiin liittyvää. (Vienonen 2016.)

Vertaisosaajakoulutuksen ja henkilökohtaisen tuen lisäksi ensimmäisen ryhmän vertaisosaajille järjestettiin mahdollisuus osallistua Kuntoutuksen vaikuttavuus - kuulemmeko perheen ja lapsen ääntä -koulutukseen vuonna 2014, jolloin vertaisosaajakoulutus oli vielä käynnissä. Tämän lisäksi heillä oli mahdollisuus osallistua



Voimauttava vuorovaikutus -koulutukseen 2015 joulukuussa. (Vienonen 2016.) Vuoden 2016 helmikuussa vertaisosaajat pääsivät osallistumaan Suomen suurimpaan autismialan koulutustapahtumaan Autismin talvipäiville Jyväskylään. Tapahtuma on Autismi- ja Aspergerliiton vuosittain järjestämä kaksipäiväinen koulutustapahtuma ja vuonna 2016 siellä esiteltiin myös Arjessa alkuun -projektia ja yksi vertaisosaajista piti vanhemman puheenvuoron.

Vapaaehtoiset jotka antavat toisille tukea saavat nykyään usein työnohjausta tai työnohjauksellista tukea järjestävältä organisaatiolta. Työnohjauksellisuudesta puhutaan yleensä silloin, kun ohjaaja ei ole työnohjaajakoulutuksen saanut ammattilainen. Willbergin mukaan työnohjaus tunnetaan sosiaalialalla perinteisesti ammattilaisten jaksamista tukevana toimintana, mutta viimeaikoina on huomattu, että siitä hyötyvät myös vapaaehtoiset. (Willberg 2015: 23.) Vertaisosaajille järjestetään työnohjausta vapaaehtoisena jaksamisen tueksi. Vuonna 2015 vertaisosaajille järjestettiin 3 kertaa työnohjauksellisia tapaamisia minun pitämänä. Vuonna 2016 työnohjaus ostetaan ulkopuoliselta työnohjaajalta. (Vienonen 2016.)

Vapaaehtoisten tuessa ei voi unohtaa palkitsemista esimerkiksi virkistystilaisuuksilla ja juhlilla motivaation säilymisen ja toisten tapaamisen kannalta. Vapaaehtoistoimintaan hakeudutaan sen vuoksi, että yksilö haluaa löytää mielekästä tekemistä, mutta motivaation ylläpitämisen vuoksi myös ulkoiset tekijät voivat olla tärkeitä. (Kuuluvainen 2015: 46). Vertaisosaajille järjestetään myös virkistyksestä toimintaa, jossa tärkein tavoite oli osoittaa arvostusta ja palkita toiminnassa mukana olemisesta. Vuonna 2015 virkistysenä järjestettiin yhdessäoloa kylpylässä ja ruokailua ravintolassa. (Vienonen 2016.)

## **7 Tutkielman toteutus**

Keskustelin opinnäytetyön aiheen valinnasta esimieheni kanssa keväällä 2015. Sovimme, että teen vertaisosaajatoimintaan liittyvän kyselyn Arjessa alkuun -projektin ensimmäisen koulutusryhmän vertaisosaajille. Vertaisosaajien näkemyksiin peruskoulutuksesta ja toiminnan tuesta perustuvan opinnäytetyöni aiheen valinta liittyy siihen, että vertaisosaajilta on kerätty palautteita peruskoulutuksen aikana, mutta ei sen jälkeen kun he ovat jo toimineet vapaaehtoistehtävässä. Vertaisosaajat täyttävät

vapaaehtoistyöstä seurantalomakkeen, mutta vertaisosaajien näkemyksiä vertaisosaajatoiminnasta ja koulutustarpeista ei siinä lomakkeessa raportoida.

Vertaisosaajatoimintatapa on kehitetty eri toimijoilta, tutkimuksista ja raporteista kerätyn sekä minulla olevan aikaisemman tiedon ja vapaaehtoistyön kokemusten perusteella. Peruskoulutuksen sisällön ja toimintaan liittyvien tukimuotojen toistaminen ei ole mielekästä, elleivät ne vastaa toiminnasta syntyvää tarvetta. Vasta vertaisosaajina toimittuaan voivat vertaisosaajat reflektoida koulutuksien, kohtaamisten ja tuen sisältöjä suhteessa tehtävässä syntyviin tarpeisiin. Tutkielman aineistoa kerättiin siis kahdesta syystä, Arjessa alkuun -projektin toiminnan kehittämiseen liittyvästä tarpeesta ja opinnäytetyöstä johtuen.

## 7.1 Tavoitteet

Opinnäytetyöni tavoitteena oli selvittää Arjessa alkuun -vertaisosaajatoiminnassa mukana olevien vertaisosaajien näkemyksiä vertaisosaajatoiminnasta, peruskoulutuksesta ja tuesta, ja tehdä niiden perusteella ehdotuksia toiminnan kehittämiseksi. Pääasiallinen kiinnostuksen kohde on vertaisosaajien näkemykset ja tuntemukset. Tutkielmani kohdistuu ennalta rajatun ihmisjoukon näkemyksiin ja se ei pyri selvittämään koko vapaaehtoistoiminnan kenttään yleistettävää tietoa.

Tutkielmassa selvitän mihin suuntaan kokemuksiin perustuvaa vertaisosaajatoimintaa on tarpeen vertaisosaajien näkemysten perusteella kehittää. Vertaisosaajilta kysyttiin muun muassa miten toimintaan vaadittava vertaisosaajakoulutus vastaa vertaisosaajille tehtävässä syntyviä tarpeita. Heiltä kysyttiin myös kuinka vapaaehtoisille tarjotut tukimuodot ovat vastanneet tarpeita ja puuttuuko jotain oleellista tukea tällä hetkellä.

Halusin tarjota vertaisosaajille osallistumisen mahdollisuuden Arjessa alkuun -vertaisosaajatoiminnan kehittämiseen. Osallisuuden tunne ja vaikuttamisen mahdollisuus syntyi vastaamalla toimintaan liittyvään kyselyyn ja lupauksella, että tuloksia käytetään toiminnan kehittämiseen.

## 7.2 Aineiston keruumenetelmä

Kvalitatiivinen ja kvantitatiivinen analyysi voidaan erottaa toisistaan, mutta samalla niitä voi myös soveltaa saman tutkimuksen aineiston analysoinnissa. Tieteellisessä tutkimuksessa on aina yhteisiä periaatteita esimerkiksi loogiseen todisteluun pyrkiminen ja objektiivisuus niin, että tekijät eivät analysoi tuloksia oman arvomaalimansa, näkemystensä ja ennakkokäsitystensä mukaan, vaan käyttävät todisteluun sitä varten kerättyä havaintoaineistoa. (Alasuutari 2011: 32.) Täydellisen objektiivisuuden saavuttaminen ei Hirsjärven (2004: 152) mukaan ole kuitenkaan laadullisessa tutkimuksessa täysin mahdollista. Tutkija ei voi myöskään täysin vapautua omista arvolähtökohdistaan. Arvot vaikuttavat aina siihen miten pyrimme ymmärtämään ilmiöitä ja todellisuutta. Tutkimuksen tuloksiksi on mahdollista saada vain aikaan ja paikkaan sidottuja selityksiä ilmiöille. Tosiasioiden paljastaminen tai löytäminen onkin laadulliselle tutkimukselle ominaista, eikä niinkään olemassa olevien väittämien todentaminen. Tässä opinnäytetyössä oli tarkoitus selvittää kohderyhmän subjektiivisia kokemuksia vertaisosaajatoiminnasta, eikä etsiä oikeita ja vääriä vastauksia.

Laadullisen tutkimuksen etuna on, että se pystyy tuomaan esiin ilmiöiden pieniä ja monimutkaisia osia ja myös muodostamaan kokonaiskuvan vapaaehtoisten näkemyksistä. Vapaaehtoisten omat näkemykset eivät näy edes kansainvälisissä tutkimuksissa. Kuitenkin juuri ne muodostavat vapaaehtoistoiminnan tärkeimmän osan, sen ytimen ja sitä kautta toimintaa voidaan ymmärtää. Vapaaehtoisten näkemykset ovat tietoa, jota tarvitaan sekä vapaaehtoistoiminnan kehittämisessä että tutkimuksessa. Laadullinen tutkimus mahdollistaa vapaaehtoisten äänen kuulumisen tutkimuksissa. (Marjovuori 2014: 12.) Vertaisosaajien käsitykset toiminnasta oli tärkeä selvittää sen vuoksi, että toiminnan kokonaisuudesta tulee toimiva ja mielekäs heidän kannaltaan.

Vaikka tämä tutkielma on luonteeltaan laadullinen, sisältää kyselylomake myös määrällisiä kysymyksiä joilla pyritään selvittämään mm. vastaajien viitekehystä kysyttyihin aihealueisiin. Valitsin aineistonkeruumenetelmäksi monimuotoisen kyselyn joka sisältää sekä avoimia että monivalintakysymyksiä viideltä eri aihealueelta.

Todellisuuden kuvaaminen on laadullisen tutkimuksen lähtökohta ja todellisuus on aina moninainen. Tutkimuksen kohdetta on pyrittävä aina tutkimaan kokonaisvaltaisesti, eikä pilkkomalla todellisuutta mielivaltaisesti eri osiin. Tapahtumat vaikuttavat aina toisiinsa ja niistä on mahdollista löytää monen suuntaisia suhteita. Keskeisessä roolissa

laadullisessa aineiston keruussa ja tiedon tuottamisessa ovat ihmiset. (Hirsjärvi – Remes – Sajavaara 2004: 152.)

Kyselytutkimuksen heikkoutena pidetään sitä, että aineistoa voidaan pitää teoreettisesti heikkoina ja siitä puuttuu syvällisyys. Etuna kyselytutkimuksissa on, että ne voivat olla kokonaisvaltaisia ja niiden avulla voidaan saada laaja tutkimusaineisto. Aineistoa voidaan kerätä laajalta ihmisjoukolta ja kysely voi sisältää monia eri asioita joita halutaan selvittää. Kyselytutkimus on usein myös tutkijalle edullinen, sillä se voi säästää aikaa ja vaivaa, jota muut tutkimukset vievät enemmän. (Hirsjärvi ym. 2004: 184.)

Alkuperäinen ajatukseni oli tehdä vertaisosaajille avoimia ryhmähaastatteluja. Päädyin kuitenkin netissä SurveyPal-ohjelmalla tehtyyn kyselyyn, jossa vastaaminen tapahtuu anonymisti. Menetelmän valintaan vaikutti, että olen itse kouluttanut vertaisosaajaryhmän ja toiminnan organisointi ja johtaminen on vastuullani. Vertaisosaajat ovat olleet paljon tekemisissä kanssani ja todennäköisesti ryhmähaastattelussa läsnäoloni olisi vaikuttanut ainakin osaan vastauksista. Nettikysely auttoi saamaan luotettavammin selville, mitä vertaisosaajat oikeasti toiminnasta ajattelevat, eikä heidän tarvinnut ajatella ainakaan niin paljon minun tunteitani vastatessaan kysymyksiini. Kyselyssä en haastattelujen tapaan myöskään läsnäolollani häirinnyt ja/tai vaikuttanut vastausten sisältöihin.

Kysely sisälsi 14 kysymystä, joista osa oli avoimia kysymyksiä ja osa monivalintakysymyksiä ja osassa jälkimmäisistä oli vielä mahdollisuus kommentoida vastausta. Kysely sisälsi lopulta enemmän kysymyksiä kuin alun perin olin suunnitellut ja myös aihepiiri on aiottua laajempi, eikä kaikkia kysymyksiä ole tarkkaan strukturoitu. Päädyin näihin ratkaisuihin siksi, että toiminnan kehittämisen kannalta on tärkeää kuulla vertaisosaajien käsityksiä ja tuntemuksia kokonaisvaltaisesti. Tärkeänä osana näin kokonaisvaltaisessa kyselyssä oli se, että vertaisosaajilla oli mahdollisuus antaa palautetta toiminnasta ja osallistua toiminnan kehittämiseen.

Kohderyhmän vertaisosaajat saivat etukäteen ja kyselyn mukana tiedon mihin tarkoitukseen kyselyä tehdään ja miten tuloksia käytetään. Motivointina vastaamiseen käytin sitä, että näin he pääsevät vaikuttamaan vertaisosaajatoimintaan. Vertaisosaajat ovat ensimmäisen toimintavuoden aikana olleet sitoutuneita toimintaan, joten muuta erityistä motivointia en käyttänyt. Sitoutuminen on näkynyt esimerkiksi sillä, että

työnohjauksiin osallistuminen on ollut aktiivista ja yhteydenottopyyntöihin on löytynyt aina helposti tekijä. Kyselyyn vastaaminen oli kuitenkin vapaaehtoista.

### 7.3 Kohderyhmä

Arjessa alkuun -projekti käynnistyi huhtikuussa 2014. Vertaisosaajien peruskoulutuksia oli aineiston keräämisen hetkellä toteutettu kahdella toiminta-alueella. Ensimmäisen ryhmän vertaisosaajat aloittivat vapaaehtoisina toimimisen helmikuussa 2015. Toisen koulutusryhmän vertaisosaajat aloittivat vertaisosaajina toimisen loka-marraskuussa 2015. Aineistonkeruu ei kohdistunut toisen koulutusryhmän vertaisosaajiin, koska heillä oli kyselyn ajankohtana vielä kovin vähän kokemusta toiminnasta ja siksi mahdollisuutta reflektointiin ei vielä ollut.

Kohderyhmä aineiston keräämiseen on tutkielmassa valittu tarkoituksenmukaisesti kvalitatiivisen tutkimuksen tyypillisten piirteiden mukaan valikoidulta kohderyhmältä. Kyselyn aineisto kerätään Arjessa alkuun -projektin ensimmäiseltä koulutusryhmältä. Kaikki vertaisosaajat eivät olleet kyselyn tekemisen vaiheessa vielä toimineet vertaisosaajina, mutta kysely kohdistettiin siitä huolimatta koko ryhmälle. Kysely osoitettiin yhteensä 17 vertaisosaajalle.

### 7.4 Tutkielman toteutus

Aineiston keruu on toteutettu kyselylomakkeella (liite 1). Kysely avautui 18.12.2015 ja se oli avoinna 28.1.2016 asti. Alun perin vastausaika oli 17.1. asti, mutta kohderyhmän jäseniltä tuli ennen vastausajan päättymistä sähköpostiviestejä, että kaikki halukkaat eivät olleet joululoman vuoksi ehtineet vielä vastaamaan, joten pidensin vastausaikaa. Ensimmäisen ryhmän vertaisosaajat saivat ensimmäisen kerran tietoa kyselystä ja sen käyttötarkoituksesta noin kuukausi ennen kyselyn toteuttamista sekä suullisesti yhteisessä tapaamisessa että sähköpostitse. Kyselyn ollessa auki kohderyhmän vertaisosaajat saivat kerran sähköpostitse muistutuksen avoinna olevasta kyselystä, se tapahtui noin viikkoa ennen sulkeutumista. Vastaaminen kyselyyn tapahtui anonyymisti.

Jaoin kyselylomakkeen aiheiden mukaan viiden eri otsikon alle, jotka ovat: vertaisosaajakoulutus, työnohjaukselliset tapaamiset, toimintaan liittyvä tuki, yhteydenottopyynnöt ja palaute vertaisosaajatoiminnasta. Yhteydenotoista

vertaisosaajat täyttävät seurantalomakkeen, joten sen vuoksi kysely ei sisältänyt kysymyksiä tapaamisista, niiden määrästä tai palautteista joita he ovat yhteydenottajilta saaneet. Tapaamiset joita vertaisosaajilla on tuen tarvitsijoiden kanssa, on toiminnan ydintä ja siihen toimintatapaan ei seurantalomakkeiden perusteella ole ollut vielä tarpeellista tehdä muutoksia.

## 7.5 Aineiston analysointi

Sisällönanalyysillä on tarkoitus saada tutkimuksen kohteesta kuvaus tiiviimmässä ja yleisessä muodossa. Menetelmä sopii siis myös strukturoimattomankin aineiston analysointiin. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 103.) Aineistojen analysointiin käytin aineistolähtöistä sisällönanalyysia, koska yhtä tiettyä teoriaa ei vertaisosaajatoiminnan taustalla ole vaan toimintaperiaate on koottu useista eri lähteistä. Teemoittelu painottuu siihen, mitä asioita kustakin teemasta yleisimmin on aineistoissa esiintynyt. Kyse on aineistoin pilkkomisesta ja ryhmittelystä aihepiireittäin. Ryhmittelyn jälkeen eri teemojen vertailun aineistossa on mahdollista ja siitä voidaan hakea tutkitun ilmiön logiikkaa. Aineistosta on tämän jälkeen mahdollista löytää tyypilliset vastaukset. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 93.) Opinnäytetyön kyselyn aineisto oli ryhmiteltävissä kysymysten aiheiden mukaan, koska ne jäsensivät aineistoa jo kyselylomakkeessa. Tavoitteeni oli hakea kyselyn aineistosta samankaltaisuuksia ja niiden perusteella luoda jokaiseen aihealueeseen tyypillinen tulos.

Kävin aineistoa läpi aihealue kerrallaan. Jokaisen kysymyksen kohdalla etsin aineistosta toistuvasti esiin nousevat sanat tai teemat ja merkitsin ne värikoodeilla. Tämän jälkeen ryhmittelin jokaisen aihealueen sisällä nousseet teemat omiin ryhmiinsä ja kävin aineistoa läpi lähinnä avainsanojen ja merkityksellisten lauseiden perusteella. Tämän jälkeen vastauksissa oli löydettävissä samankaltaisuuksia, joiden perusteella pystyin muodostamaan tyypillisen vastauksen aiheeseen.

Tiedostin tutkielmaa tehdessäni, etten voi kokonaan erottaa omia kokemuksiani ja näkemyksiäni vastauksia etsiessäni. Tutkielman tuloksissa näkyy väistämättä myös subjektiivinen näkemykseni toiminnasta. Opinnäytetyön eri vaiheissa minun tuli siis kiinnittää erityistä huomiota siihen, että oma näkemykseni ei vaikuta liikaa kysymysten asetteluun tai aineiston analysointiin. Olen itse Arjessa alkuun -projektiin liittyvässä toiminnassa mukana niin sanotusti kyynärpäitä myöten. Olen luonut vertaisosaajakoulutukset, yhteydenottotavan ja lisäksi koulutan kaikki vapaaehtoiset ja

koordinoi toimintaa. Tällaisessa asetelmassa tiedostin uhkana sen, ettei vertaisosaajien ääni tule tarpeeksi vahvasti kuuluville. Toisaalta taas etuna tässä asetelmassa oli, että tunnen toiminnan ja sen perusteet hyvin. Edellä mainitun lisäksi olen innostunut kehittämään toimintaa, enkä usko lopullisen toimintamuodon ja toimintatavan vielä löytyneen.

## 7.6 Tuloksien käyttö

Tutkielman tuloksia voi Arjessa alkuun -projektissa käyttää hyödyksi nopeastikin. Koska itse toimin projektipäällikkönä, on tulosten käyttäminen työelämässä mahdollista ja luontevaa. Tuloksien kertominen kohderyhmän vertaisosaajille on sovittu kesäkuulle 2016. He saavat silloin konkreettista tietoa suunnitelluista muutoksista ja kokemuksen siitä, että he ovat saaneet olla osana kehittämistyötä jota projektin aikana tehdään. Muodostin opinnäytetyötäni tehdessäni Arjessa alkuun -projektin toimintaan ja resursseihin sovellettavia kehittämis ehdotuksia.

## 8 Kyselyn tulokset

Aineistoa kertyi kahdeltatoista (12) vastaajalta. Vastaajista yksitoista (11) on seurantakauden aikana tehnyt vertaisosaajan tehtävää, eli ottanut yhteydenottopyynnön vastaan. Yhdessä vastauksessa on erikseen mainittu, että oma elämäntilanne ei seurantakauden aikana ole vielä mahdollistanut vapaaehtoistyön tekemistä.

Vastaajien sukupuolta ja ikää en tiedustellut anonyymiuden säilymisen vuoksi. Surveypal -ohjelmassa aineiston siirtäminen tiedostoon jossa vastaukset sekoittuvat keskenään on vaivatonta. En käsitellyt jokaista kyselylomaketta erikseen, vaan vein aineiston suoraan yhteiseen tiedostoon. Sekoitin vastaukset niin, etten pystynyt yhdistämään eri kysymyksiin esitettyjä vastauksia toisiinsa. Vastauslomakkeiden analysointi niin, että olisin lukenut yhden vastaajan vastaukset kysymyksiin peräkkäin, olisi todennäköisesti johtanut siihen, että yksittäisten ihmisten tunnistaminen vastausten perusteella olisi ollut mahdollista. Pyrin välttämään mahdollista tunnistamista käytettävissä olevin keinoin.

Vastauksissa oli kahteen avoimeen kysymykseen yhteensä kolme (3) vastausta jotka eivät liittyneet kysyttävään aiheeseen. Jätin nämä vastaukset kokonaan pois aineistosta,

koska en pystynyt niitä luotettavasti siirtämään muihin aihealueisiin tai kysymyksiin. Pois jätetyt vastaukset eivät käsitelleet kyselyssä esillä olevia aiheita.

## 8.1 Vertaisosaajakoulutus

Vertaisosaajakoulutus muodostuu viidestä eri koulutusosioista ja jokaisella kerralla on eri aihe. Pyysin vastaajia mainitsemaan erityisen tärkeän koulutusosion. Vastauksista nousee tärkeimpänä esiin kohtaamisen koulutus. Kävi myös ilmi, että osa koki kohtaamisen aiheena tutuksi, mutta silti tärkeäksi toiminnan kannalta. Kohtaamisen koulutus on koko päivän kestävä ja se on ainoa peruskoulutuksen osio, jonka pitää projektin ulkopuolinen kouluttaja. Vastauksista käy ilmi, että kohtaamisesta ei vertaisosaajien mukaan puhuta koskaan liikaa ja se koetaan vertaisosaajana toimimisessa tärkeimpänä taitona ja sen osaamista halutaan myös kehittää edelleen.

Kohtaaminen oli erityisen hyvä ja tarpeellinen, koska se osuu asian ytimeen. Vertaistapaamisissa olennaisin, tärkein ja vaativin osa on nimenomaan ihmisten kohtaaminen rankan asian äärellä. Koulutus lisäsi ymmärrystä siihen, millä kaikilla tavoilla ihminen saattaa reagoida kriisin kohdatessa. Vaikka vertaisuus sinänsä riittää vertaisosaajana toimimiseen, tämä koulutus antoi erinomaisia työkaluja omaan toimintaani vertaisosaajana.

Kohtaaminen, erilaisten ihmisten kohtaaminen on todella tärkeää, ja ymmärtää se että jokainen on yksilö. Kohtaa siis jokainen yksilöllisesti, arvosta kaikkia tasapuolisesti.

Kysyin vastaajilta sisälsikö vertaisosaajakoulutus turhia osioita. Yhtä vastausta lukuun ottamatta vastaajien mukaan ei tarpeettomia osioita ole. Kahdessa vastauksessa tuotiin esiin, että käsitellyt aiheet tai koko peruskoulutuksen sisältö on koettu ennalta tutuiksi, mutta tiedon vahvistaminen on kuitenkin ollut hyvä asia. Palveluihin liittyvä osio on jättänyt yhdelle vastaajista sekavan kuvan, mutta aihetta sinällään ei vastauksessa koettu tarpeettomaksi. Sen sijaan kahdessa vastauksessa palvelut aiheena koettiin rankaksi, koska omat kokemukset siitä eivät ole olleet positiivisia.

Vertaisosaajakoulutukseen kuuluu pienryhmätehtävien tai keskustelujen muodossa toteutettuja vertaisoppimiseen perustuvia osuuksia. Ryhmätöiden mielekkyyttä pohdittiin kahdessa avoimessa vastauksessa. Toisessa vastauksessa ei ryhmätöiden liittymistä vertaisosaajatoimintaan tuntunut löytyvän ja toisessa taas koettiin, että niissä pyöriteltiin ryhmäläisten kesken samoja asioita useaan eri kertaan. Aineistossa näkyi myös, että aikataulu oli osittain koettu koulutuksissa liian kiireelliseksi. Osa kaipasi enemmän aikaa



keskusteluille ja osa toivoi taas keskusteluiden tiukempaa rajaamista ja aiheessa pysymistä.

Omasta mielestäni jokainen koulutuksen osio oli erittäin perusteltu ja tärkeä kokonaisuuden kannalta. Ihan varmasti jokaista koulutuskertaa olisi voinut pidentää/syventää, mutta aikataulut ovat aikatauluja ja on tärkeä rajata koulutuksen kesto järkevän kokoiseksi.

Kysymykseen siitä mitä tietoa vertaisosaajana toimiessaan vastaaja kokee tarvitsevansa, nousee enemmistön vastauksissa edelleen esiin kohtaamisen taidot. Samalla vastauksissa mainitaan myös kuuntelemisen taidot ja toisten ihmisten kunnioittaminen ja erilaisuuden huomioiminen. Kahdessa vastauksessa toivottiin myös syvällisempää tietoa autismin kirjosta ja esimerkiksi kirjon piirteiden erottelun taitoa ihmisen persoonaan liittyvistä piirteistä.

Useammassa vastauksessa mainitaan myös, että vertaisosaajana on tärkeä muistaa kertoa tuettavalle omia selviytymiskeinoja. Vastauksissa on mainittu tärkeänä tietona myös vertaisosaajan tehtävän rajat ja siihen kuuluvat tehtävät.

Tärkeintä on ihmisten kohtaamiseen liittyvä tieto ja tuki, esim. on tehtävä selväksi, missä rajoissa liikutaan, mitkä asiat eivät kuulu vertaisosaajan tehtäväkenttään, mistä perhe saa tai voi hakea jatkoapua jne. Koulutusten aikana on myös tullut selväksi, että nimenomaan kuuntelijan roolia ei voi kyllin korostaa.

Tuntemukset vertaisosaajatoimintaa kohtaan ovat hymiökyselyn mukaan positiivisia yhtä vastausta lukuun ottamatta. Viimeksi mainitussa oli valittu kaikkein surullisin hymiö.

## 8.2 Työnohjaukset

Työnohjauksiin kahdestatoista vastaajasta on osallistunut yhdeksän. Työnohjaukset koetaan aineistossa lähes poikkeuksetta tärkeiksi ja tarpeellisiksi. Yhdessä vastauksessa ei työnohjauksesta koeta olevan mitään hyötyä. Työnohjauksiin liittyvissä vastauksissa omien tuntemuksien purkamisen lisäksi muiden vertaisosaajien tapaaminen ja yhteinen kokemusten vaihtaminen on toistuvasti esillä. Vastauksissa mainitaan että työnohjauksissa on ollut mahdollista oppia toisten kokemuksista.

Kyllä koen tarpeelliseksi! Muiden kokemuksista saa ehkä sovellettavaa oppia ja tukea omaan toimintaan. Omien kokemusten purku voi olla tosi tarpeellinen opin ja motivaationkin kannalta. Muiden ryhmäläisten ja vetäjän tuki ja vinkit ovat aarteina tarpeen. Onkin oikeastaan ainoa ryhmä/paikka (oman parin lisäksi), jossa voi puhua luottamuksellisesti ja jossa saa ymmärrystä.

Vaikka joskus tuntuukin, että kohtaaminen sujuu, kuin ”vasemmalla kädellä selän takana” ja sillä tavoin kepeästi, niin on ne monille psyykeen käyviä tilanteita. Eli ”akkujen varaus” kuluu enemmän kuin uskoisikaan ja ”latausta” tarvitaan.

Ehdottomasti tärkeää. Kokemusten ja kohtaamisten purkaminen ja työnohjaajan näkemys asian ulkopuolelta.

Työnohjaukset ovat vastausten perusteella tapaamisia, joissa osallistujat kokevat myös yhteenkuuluvuuden tunnetta. Kuulumisten vaihtaminen ja toisten ryhmäläisten tapaaminen koetaan useissa vastauksissa tärkeänä asiana.

On tärkeää päästä tapaamaan muita vertaisosaajia ja jakamaan kokemuksia..... vertaisosaajien kesken on syntynyt positiivista pohinää, ryhmäytymistä ja ystävyyttä. On tärkeää kuulua ryhmään...

Kahdessa vastauksessa mainitaan, että työnohjaukset vaikuttavat motivaatioon pysyä mukana vertaisosaajatoiminnassa. Motivaationa niissä mainitaan sekä vetäjän että toisten ryhmäläisten tuki liittyen vertaisosaajatoimintaan.

### 8.3 Muu toimintaan liittyvä tuki

Kahdestatoista (12) vastaajasta yhdeksän (9) teki vertaisosaajatoimintaan ja toisten tukemiseen liittyviä kysymyksiä ja pyysi tukea yhteydenpitoon minulta. Tukea olen tarjonnut ja sitä on saanut aina pyydettyäessä koko toiminnan ajan. Sitä ei ole erikseen suunniteltu tai strukturoitu toimintaan sen suunnitteluvaiheessa.

Vertaisosaajat toimivat pääosin omalla asuinalueella tai he ovat vertaisosaajasopimuksessa maininneet jos toimivat esimerkiksi kaikissa lähikunnissa. Yhteydenottopyyntöjä tulee kuitenkin myös sellaisilta paikkakunnilta joissa vertaisosaajia ei ole. Näissä tapauksissa yhteydenpitoa tehdään puhelimitse ja sähköpostitse. Kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että myös sähköpostitse ja puhelimitse tehtävä vertaisosaajatoiminta on hyvä tapa toimia, eikä ehdotuksia muista tavoista pitää yhteyttä muualta tuleviin pyyntöihin ollut.

Ns. akuutissa ongelmatilanteessa on hyvä saada olla esim. sähköposti- tai puhelinyhteydessä Elinaan.

Lisäkoulutuksien sisällöt on aineiston mukaan koettu hyväksi ja samoin yhteiset tapaamiset, joita yhden vastaajan mukaan voisi olla enemmänkin. Varsinaisia uusia ehdotuksia koulutuksista tai muunlaisista tukimuodoista ei aineistossa ollut:

Kaikki asiaan liittyvä tai sitä sivuava koulutus laajentaa omaa näkökulmaa ja parantaa valmiuksia toimia vertaisosaajana.

Työnohjauksen lisäksi harvatkin säännölliset tapaamiset projektipäällikön ja ryhmän kesken vuosittain olisivat tärkeitä, jotta asia pysyy vireillä ja kiinnostus säilyy. Autismi- ja Aspergerliiton tuki ja arvostus joko projektipäällikön kautta tai muuten (esim. asian esillä pitämisen kautta mm. Autismi-lehdessä, liiton sivuilla jne.) ovat jatkossakin tärkeitä.

#### 8.4 Yhteydenottopyynnöt

Vastaajista kahdeksan (8) on tehnyt vertaisosaajan tehtävää etäyhteydenpitona (sähköpostitse tai/ja puhelimitse). Kuten aikaisemmassa luvussa kävi ilmi, vastaajista yksitoista (11) on tehnyt vertaisosaajan tehtävää eli vastaanottanut yhteydenottopyynnön.

Vertaisosaajien kanssa on keskusteltu ennen tätä kyselyä mahdollisten malliviestien tekemisestä yhteydenpidon aloitukseen ja päättämiseen sekä joihinkin avainkysymyksiin vastaamiseen. Muuta tukea kuin malliviestit ei etäyhteydenpitoon kaivattu. Sähköpostitse tehty vertaisosaajatoiminta koettiin kuitenkin haastavammaksi kuin kasvokkain tapahtuva kohtaaminen ja siihen toivottiinkin tukea ja struktuuria.

Se on tavallaan vaativampaa ja valmiuksia siihen pitäisi vahvistaa koulutuksella. Kirjoitettaessa viestin sävy voi epähuomiossa olla väärä ja väärinymmärrysten vaara on suuri, kun ei tavat kasvokkain.

Sähköpostiviestintä on huomattavasti pitkäpiimäisempi kommunikaatiomuoto, kuin puhelimitse tai kasvotusten kommunikointi. Siksi olisi ehkä tarpeen miettiä, että kuinka paljon viestimistä pitäisi olla, niin ajallisesti kuin määrällisesti. Luonnollisesti sen kuuluukin vaihdella tapauskohtaisesti, mutta olisiko siihen määriteltävissä jonkinlaiset rajat?

#### 8.5 Palaute toiminnasta

Pyysin kohderyhmältä vapaata palautetta vertaisosaajatoiminnasta tai -koulutuksista. Yhtä vastausta lukuun ottamatta vastauksissa on vain positiivista palautetta sekä koulutuksista että toiminnasta. Vertaisosaajat ovat vastausten perusteella kokeneet koulutuksessa saaneensa kannustusta ja rohkaisua toimia vertaisosaajina.

Vertaisosaajatoiminta on ihanaa! Tapaamisten jälkeen on todella hyvä ja voimaantunut olo, jos on voinut olla tueksi perheelle, joka on samantyyppisessä tilanteessa, jossa on itse ollut. Vaikka kiitollisuutta ei lähdetä hakemaan, ainakin toistaiseksi olemme parini kanssa saaneet sitä ylenpalttisesti vain olemalla läsnä omana itsenämme ja kuuntelemalla.

Hyvä koulutus kertakaikkiaan ja hyvä, että saatiin kannustusta/rohkaisua, että aina voi kysyä lisää ja että mitä vapaaehtoisuus todella tarkoittaa... Kaikki yhteiset hetkemme olivat jopa hauskoja –oli huumoria sopivasti ja lämminhenkinen tunnelma – KIITOS!!

Koulutus oli mukaansatempaavaa ja aiheen sisällä pysyttiin koulutuksen aikana hyvin.

Palautteissa nousi edelleen esiin koulutuksien aikataulut suhteessa osallistujien tarpeeseen jakaa omia kokemuksiaan. Enemmistö aiheeseen tulleista palautteista sisälsi toiveen, että koulutuksissa ei annettaisi niin paljon aikaa omien kokemusten läpikäymiseen, vaan kouluttaja strukturoisi keskusteluja tarkemmin. Koulutuksessa käytyjä keskusteluja verrattiin joissakin vastauksissa vertaistukiryhmiin. Toiveena esitettiin, että näitä keskusteluja ohjattaisiin käymään vertaisosaajakoulutuksien sijaan vertaistukiryhmissä.

Yhdessä vastauksessa mainittiin positiivisena asiana, että toiminnassa huomioidaan vapaaehtoisen oma elämäntilanne.

Kiitos koulutuksista! Toiminta on tärkeä juttu. Toiminnassa huomioidaan vertaisosaajien elämäntilanne (ei tarvitse vetää itseä piippuun).

Vastauksissa nousee edelleen esiin kokemus ryhmään kuulumisen, yhteisöllisyyden tärkeydestä. Vertaisosaajana toimiminen koetaan vastauksissa tärkeäksi, voimaannuttavaksi ja palkitsevaksi. Vastauksissa vertaisosaajat kirjoittavat, että ovat kokeneet oman toimintansa merkitykselliseksi tuen tarvitsijan kannalta ja saaneet itselleen hyvää mieltä, koska ovat pystyneet tukemaan toisia eteenpäin arjessa.

## 9 Yhteenveto

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää Arjessa alkuun -vertaisosaajatoiminnassa mukana olevien vertaisosaajien näkemyksiä vertaisosaajatoiminnasta, peruskoulutuksesta ja tuesta. Tulosten perusteella voin sanoa, että vertaisosaajien peruskoulutus tukee tehtävässä toimimista. Seuraavissa luvuissa esitän johtopäätöksiä joihin olen päätenyt vertaisosaajien näkemyksien perusteella.

## 9.1 Johtopäätökset

Koulutuksen jälkeen vapaaehtoinen siirtyy vapaaehtoistoiminnan ytimeen, eli vapaaehtoistyöhön. Järjestöjen vapaaehtoistoiminnassa on usein kysymyksessä vuorovaikutuksellisesta suhteesta ihmisten kesken. Vapaaehtoisen antama aika tuen tarvitsijalle on tärkeämpää kuin se, että pitäisi yrittää ratkaista tämän ongelmia. Tunne siitä, ettei ole yksin asiansa kanssa voi tarjota helpotuksen tunteen, ainakin joksikin aikaa. (Marjovuori 2014: 138.)

Vapaaehtoisen ja tuen tarvitsijan vuorovaikutus perustuu siihen, että toinen haluaa auttaa ja toinen tarvitsee tukea. Suuret kriisit ja mullistukset elämässä vaikuttavat siihen, että vapaaehtoistyössä tunteet ovat voimakkaasti läsnä. Kohtaamiset ovat ainutkertaisia ja tärkeää on aito läsnäolo. (Mykkänen-Hänninen 2007: 35.)

Vertaisosaajakoulutuksien sisällöissä laajin yksittäinen kokonaisuus liittyy kohtaamisen taitoihin. Merkittävä tulos opinnäytetyötäni varten kerätyn aineiston perusteella on, että vertaisosaajat kokevat kohtaamisen kaikkein tärkeimpänä koulutusaiheena ja tarvittavana taitona vapaaehtoistyössään. Vastaajat ovat kokeneet saaneensa kannustusta ja rohkaisua ja heidän elämänkokemustaan on arvostettu. Vastauksissa käy myös ilmi, että peruskoulutukset on koettu hauskoiksi ja iloisiksi tapahtumiksi. Vastaajista osa on huomannut vertaisosaajana toimittuaan, että riittää kun on oma itsensä ja osaa olla läsnä tilanteissa.

Aineiston perusteella myös järjestetyt lisäkoulutukset on koettu tarpeellisiksi sekä yhteisöllisyyden että vertaisosaajana kehittymisen kannalta. Lisäkoulutuksien tarpeen voi aineiston perusteella todeta olevan kohtaamiseen ja vuorovaikutukseen liittyvät taidot ja etäyhteyksien pitämiseen liittyvät viestintätaidot.

Monille vapaaehtoistyöhön lähtemiseen kipinä syntyy omaan elämään liittyvän erityisen kokemuksen kautta. Selvittyään eteenpäin vaiheesta, joka on aiheuttanut muutoksen tai kriisin ihmisellä voi herätä motivaatio muiden auttamiseen. Vapaaehtoisuus tarjoaa myös mahdollisuuden käsitellä omia kokemuksia ja saada niihin uusia näkökulmia. Myös nämä tekijät voivat olla yksi innoittaja vapaaehtoistoimintaan lähtemisessä. Vertaistukeen perustuvassa vapaaehtoisuudessa motivaatio ja omat kokemukset ovat erityisen merkityksellisiä. (Mykkänen-Hänninen 2007: 23.)

Kyselyaineistosta nousee toistuvasti esiin oman elämäkokemuksen käsittelyn teema vertaisosaajakoulutuksien aikana. Aineistossa on nähtävissä sekä elämäkokemuksen jakamisen tärkeys että jakamisen rajaaminen. Näitä asioita käsitellään usean eri kysymyksen yhteydessä vähän eri näkökulmasta. Enemmistö vastaajista on pitänyt tärkeänä mahdollisuutta keskustella omista kokemuksista muiden kanssa. Vertaisosaajien omien selviytymiskeinojen tiedostaminen ja niistä keskusteleminen koulutuksen aikana on taas toisaalta koettu tärkeäksi, koska vertaisosaajana toimiessaan niistä on koettu olevan hyötyä. Toive keskustelujen sekä ajan että aiheen rajaamisesta nousee kuitenkin yhtälailla eri vastauksissa esiin. Aineiston perusteella vertaisoppimisen ja vertaistuen ero on osalle vastaajista epäselvä. Osa vastaajista toivoi koulutuksiin myös enemmän ammattimaista tietoa, esimerkiksi uusista tutkimustuloksista. Osa vastaajista toivoo saavansa koulutuksissa enemmän luentomuotoista koulutusta vertaisoppimisen sijaan.

Vapaaehtoisten työnohjaukset toteutetaan yleensä ryhmätyönohjauksina. Ryhmässä vapaaehtoiset saavat samalla mahdollisuuden tavata toisiaan. He voivat keskustella vapaaehtoistyössä esiin tulleista asioista ja kehittyä samalla lisää vapaaehtoistehtävässään. Työnohjaukset vahvistavat myös toimintaan ja sen periaatteisiin sitoutumista. Ryhmätyönohjaus vaikuttaa myös yhteisöllisyyden tunteen vahvistumiseen. (Mykkänen-Hänninen – Kääriäinen 2009: 26.)

Työnohjaukset on koettu aineiston perusteella merkityksellisiksi siksi, että ohjaustilanteissa voi vertaisosaajatoimintaan liittyvistä kohtaamisista keskustella luottamuksellisesti ja saada myös ulkopuolisen, eli vetäjän näkökulmaa tilanteisiin. Aineiston perusteella vertaisosaajana toimiminen voidaan kokea myös haastavaksi, mutta työnohjaus auttaa akkujen lataamisessa, kuten eräs vastaaja oli ilmaissut. Työnohjauksien toinen tärkeä merkitys on keskinäinen vertaistuki ja ryhmään kuulumisen tunne vertaisosaajien kesken. Vastauksien perusteella vertaisosaajatoiminta koetaan merkitykselliseksi ja vapaaehtoisten keskinäinen yhteenkuuluvuudentunne on vahva.

Vapaaehtoistoimintaan kuuluu yleensä yhteisöllisyyden kokemus. Toiminta tarjoaa uusia tuttavuuksia ja mukana oleva ihmiset voivat tuntea kuuluvansa ryhmään, jonka kanssa voi kokea voimakastakin yhteenkuuluvuuden tunnetta. Ryhmän jäsenillä on jokin yhdistävä tekijä. He huolehtivat ryhmässä toisistaan ja lisäksi he ottavat yhdessä vastuuta myös niistä joille he tukea antavat. (Mykkänen-Hänninen 2007: 23.) Vastausten

perusteella ensimmäisen koulutusryhmän keskuudessa on syntynyt vahvaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja ryhmän jäsenten keskinäiset tapaamiset ovat voimaannuttavia kokemuksia. Yhteenkuuluvuuden tunteeseen liittyy tuntemus, että minä työntekijänä olen vertaisosaajien ryhmän yksi jäsen, vaikka selkeästi työntekijän ja tietäjän roolissa. Osallisuuden tunnetta tunnetaan koko Autismi- ja Aspergerliiton toimintaa kohtaan.

Ammattilaiset ovat vapaaehtoisille opastajia ja ohjaajia joskus kuormittavassakin vapaaehtoistyössä. Yhteisöllisyys ei vapaaehtoisten näkökulmasta tarkoita vain vapaaehtoisten keskinäistä vuorovaikutusta, vaan siihen liittyy myös mahdollisuus vuorovaikutukseen ammattilaisen kanssa. Yhteistyö tukee vapaaehtoista suoriutumisessa tehtävässään ja samalla se antaa ammattilaiselle tärkeää ajantasaista tietoa siitä, mitä vapaaehtoistyössä tapahtuu. Se, että vapaaehtoisilla on mahdollisuus tavoittaa ammattilainen luo myös turvallisuudentunnetta ja antaa heille mahdollisuuden suoriutua tehtävästään. Ammattilaisen tulee tarjota vapaaehtoiselle aitoa läsnäoloa, kuten vapaaehtoisetkin tarjoavat tuettavilleen. (Mykkänen-Hänninen 2007: 64.)

Vertaisosaajille minun toimestani annettu tuki yhteydenpitoon ja kohtaamisiin liittyen vastaa tarvetta jota vertaisosaajille tehtävässä syntyy. Lisätoiveita tai kritiikkiä tuesta tai ohjauksesta ei aineistossa noussut esiin. Yhteydenpitoihin liittyvissä toimintatavoissa ei ole myöskään tarpeen tehdä muutoksia, mutta etäyhteydenpidon periaatteita toivottiin strukturoitavan tarkemmin. Etäyhteydenpitoa pidetään haastavampana kuin henkilökohtaista tapaamista tuettavan kanssa, mutta erityisiä muutostarpeita ei siihen liittyen ole olemassa.

## 9.2 Kehittämisehdotuksia ja jatkosuunnitelmia

Vertaisosaajille suunnattu toiminnan kehittämiseen liittyviä kyselyitä on mielestäni tärkeää tehdä säännöllisesti tulevaisuudessakin. Kyselyn ja jo käytössä olevan seurantalomakkeen avulla on mahdollista saada tietoa kehittämistarpeista ja siitä, missä toiminnassa oikeasti mennään. Toimintaa voi silloin kehittää ja keskittyä vain tarpeellisiin teemoihin. Kyselyn tulosten perusteella voi toiminnalle tehdä resursseihin suhteutetun vuosisuunnitelman.

Opinnäytetyöhöni liittyvässä kyselyssä sekä vastausten sisältö, lukumäärä että tuotetun tekstin määrä osoittaa, että vertaisosaajat pitävät toimintaa tärkeänä ja kehittämistyössä

halutaan olla mukana. Vertaisosaajille tulee tiedottaa säännöllisesti muustakin liiton toiminnasta kuin Arjessa alkuun -toiminnasta. Vertaisosaajien osallisuuden tunne Autismi- ja Aspergerliiton toiminnassa tukee sitoutumista vertaisosaajatoimintaan ja vaikuttaa siten toiminnan kestävyYTEEN.

Kohtaamisen taidot tulee edelleen säilyttää peruskoulutuksen suurimpana yksittäisenä koulutusosiona. Myös lisäkoulutus kohtaamisen taidoista on vastausten perusteella tarpeen. Perus- ja lisäkoulutuksissa tulee myös kiinnittää huomiota etäyhteydenpitoihin, eli puhelin- ja sähköpostiviestinnän taitojen kehittämiseen. Etäyhteydenpitoa tulee myös miettiä vielä rakenteellisesti ja kysyä asiasta tarkemmin vertaisosaajilta tapaamisen yhteydessä. Vertaisoppimiseen liittyy houkutus jakaa kaikki itsellä olevat elämäkokemukset käsitellystä aiheesta. Haasteena kouluttajalle, eli projektin aikana itselleni on poimia ja antaa tilaa sellaisille puheenvuoroille jotka vievät aihetta eteenpäin. Vertaisosaajakoulutuksissa tulee tarkemmin jatkossa selkeyttää vertaisoppimisen käsitettä ja sitä kautta avata myös ryhmätöiden merkitystä vertaisosaajatoiminnan kannalta. Vertaisoppimiseen perustuvan oppimisen ja vertaistukiryhmän eroja on seuraavissa vertaisosaajakoulutuksissa tarpeen selkeyttää. Menetelmänä vertaisoppimista ei kannata koulutuksissa hylätä, sillä se tukee parhaimmillaan yhteisöllisyyden tunteen syntymistä ja uuden oppimista.

Vertaisosaajien yhteisiä tapaamisia tulee jatkossakin järjestää ja ne tulee sisällyttää vuosisuunnitelmiin. Yksin tai pareittain tehtävä vapaaehtoistyö ei tuo luontevasti vertaisosaajia ryhmänä yhteen. Vertaisosaajien keskinäiset tapaamiset ovat heidän omasta aktiivisuudesta kiinni. Järjestön työntekijän tapaaminen on myös ymmärrettävä yhtenä vapaaehtoisten arvostamisen osoituksena. Yhteenkuuluvuuden tunteen säilyttäminen ja vahvistaminen on asia johon voidaan vaikuttaa tapaamisilla, tuella, virkistyksellä ja koulutuksilla.

## 10 Pohdinta

Vertaisuus on käsite joka tarkoittaa ihmisten välisiä yhteisiä kokemuksia, eikä se välttämättä liity vapaaehtoistoimintaan, vaan sitä voi kokea missä tahansa. Kun vertaisuus on suunnitelmallista ja sitä tehdään vapaaehtoistoiminnassa, on toiminnan järjestämistapoja syytä tarkastaa ja kehittää vapaaehtoisten näkemykset huomioon ottaen. (kts. Marjovuori 2014; Kuuluvainen 2015.) Vertaisosaajatoiminta on vielä varsin



nuorta. Ensimmäiset vapaaehtoiset ovat olleet vertaisosaajina vasta reilun vuoden. Vastaavaa toimintaa ei Autismi- ja Aspergerliitossa ole aikaisemmin ollut ja toiminnasta halutaan tehdä kestävää. Opinnäytetyöni liittyy siihen, että vertaisosaajatoiminnan kestävyys pyritään takaamaan kehittämällä toimintaa koko ajan. Vertaisosaajien näkemykset ovat tärkein perusta kehittämisessä.

Laadullisen tutkimuksen tavoitteena ei ole saada selville yleistettäviä tuloksia, vaan kerätä tutkittavasta ilmiöstä tietoa niin kattavasti kuin mahdollista. Tutkimusotoksen määrä vaikuttaa myös tulosten luotettavuuteen. (Tuomi - Sarajärvi 2009: 85.) Tässä tutkielmassa vastauksia kyselyyn saatiin 12 vertaisosaajalta, ryhmän kokonaismäärä ollessa 17. Tuloksia voidaan yleistää koskemaan vain Arjessa alkuun - vertaisosaajatoimintaa. Tutkielmani perustuu vertaisosaajien näkemyksiin toiminnasta ja tuesta. Aineiston keruun tein monipuolisella kyselyllä, jonka tarkoituksena oli saada mahdollisimman kokonaisvaltaisesti vertaisosaajien näkemyksiä aiheesta selville.

Tein kyselyn nopealla aikataululla sen vuoksi, että koin tarpeelliseksi saada tuloksia käyttööni ennen kolmannen vertaisosaajakoulutuksen alkamista maaliskuussa 2016. Aineistoa läpikäydessäni huomasin, että olisin saanut vielä kokonaisvaltaisemman kuvan toiminnasta, jos olisin voinut käyttää työssäni aineistona myös seurantalomakkeissa vuonna 2015 kerättyä tietoa. Kyselyistä kerätyn aineiston läpikäynti eteni loogisesti ja opin analysointivaiheessa tarkkuutta tulosten löytämisen suhteen, sillä tyypillisten vastausten löytäminen ei ollut niin selkeää kuin olin ensin ajatellut. Huomasin myös, että vapaaehtoisten näkemykset kysytyistä asioista poikkeaa osittain paljon toisistaan. Jouduin miettimään paljonko samankaltaisuuksia vastauksissa tulee olla, että voin ilmaista aiheen nousseen aineistosta merkitsevästi esiin. Aineistossa oli kuitenkin nähtävissä samankaltaisuuksia, jotka toistuivat ja niiden kautta sain jokaisesta kysymyksestä muodostettua yleistykset.

Olen koko opinnäytetyöprosessin aikana miettinyt omaa vaikutustani tutkielman tuloksiin. Hirsjärven (2004: 74) mukaan on ongelmallista, jos tutkija on sitoutunut ilmiöön tunneperäisesti. Silloin tutkija ei pysty tarkastelemaan aineistoa objektiivisesti tai niin, etteivät omat näkemykset ohjaisi tuloksia. Laadukkaiden tulosten tuottaminen on silloin vaikeaa. Tuomi ja Sarajärvi (2009: 20) taas korostavat, että tulokset eivät ole koskaan tekijästä irrallisia. Heidän mukaan objektiivista tietoa ei ole olemassakaan, koska aina tutkijan tekemät päätökset ohjaavat tutkimusta.

Oma suhteeni vertaisosaajatoimintaan ei ole siinä mielessä emotionaalinen, ettei toiminnan kehittäminen ja siihen liittyvän tutkielman tekeminen olisi eettisesti mahdollista. Minulla ei ole henkilökohtaisia kokemuksia autismin kirjon vertaisuudesta. Olen työntekijänä ja toiminnasta vastaavana työntekijänä etsinyt aiheeseen liittyvää tietoa jo ennen opinnäytetyöni aloittamista. Marjovuon (2014) tutkimus oli yksi merkittävä tutkimus kerätessäni taustatietoa projektin käynnistämiseen. Olen tietoinen siitä, että näkemykseni aiheeseen ei voi olla täysin objektiivinen. Olen vertaisosaajatoiminnasta vastaava työntekijä ja olen vastuussa toiminnan kehittämisestä edelleen. Arjessa alkuun-projekti on saanut rahoituksensa kehittämisprojektina, joten olen myös työsuhteessani sitoutunut kehittämään toimintaa edelleen. Marjovuon mukaan laadullinen tutkimus on ainutkertainen prosessi, johon tutkijan persoona vaikuttaa aina ja subjektiivisuus on siinä sisään rakennettua (Marjovuon 2014: 143).

Aineiston analysointivaiheessa kiinnitin huomiota myös siihen, etten käynyt materiaalia läpi niin, että pyrkisin tunnistamaan ryhmän jäseniä. Analysoin mahdollisimman tunnollisesti vain kirjoitettuja vastauksia ja niiden tuomaa informaatiota. Pyrin välttämään ajatuksia siitä kuka vastaajista oli minkäkin materiaalin kirjoittanut ja mikä hänen taustajatuksensa vastauksessa oli. Tätä helpotti Surveypal-ohjelma jota käytin kyselyssä. Webohjelman käyttö mahdollisti sen, etten missään vaiheessa käsitellyt lomakkeita erillisinä yksi vastaaja kerrallaan. Koen onnistuneeni tunnistamisen välttämässä yllättävän hyvin. Itseasiassa valittu tapa todennäköisesti helpotti minua aineiston analysoinnissa ja pystyin keskittymään vain vastauksien analysointiin.

Projektirahoituksen päättymistä ennen, on mielestäni tarpeen tuottaa Autismi- ja Aspergerliiton ulkopuolisen tekijän tekemä tutkielma toiminnasta kokonaisuudessaan ja sen tulevaisuuden tarpeista. Tutkielma toiminnasta voisi sisältää sekä seurantalomakkeiden välittämät tiedot että kyselyn kaikille toiminnassa siinä vaiheessa mukana oleville vertaisosaajille. Tätä tutkielmaa voisi käyttää toimintasuunnitelmien lisäksi myös perusteena resursseja määriteltäessä ja rahoitusanomuksissa. Oma vahvuuteni tämän tutkielman toteuttamiseen oli mielestäni toiminnan tässä vaiheessa, että tunnen vertaisosaajatoiminnan paremmin kuin kukaan muu ja osaan myös peilata kerättyä tietoa olemassa oleviin resursseihin, vertaisosaajakoulutukseen, toimintaan ja vertaisosaajien voimavaroihin.

Tulokset osoittavat että yhteisöllisydentunne on tärkeää vertaisosaajatoiminnassa, vaikka vapaaehtoistyötä tehdäänkin yksin tai pareittain. Yhteisöllisyyden tunne on

syntynyt peruskoulutuksen aikana ja sen säilyminen ja vahvistaminen on otettava huomioon toiminnassa jatkossakin. Tämä tieto on merkittävä myös muissa Autismi- ja Aspergerliiton vapaaehtoisverkostoissa ja niiden suunnittelussa. Ensimmäisen koulutusryhmän vertaisosaajat eivät opinnäytetyöni valmistumisen aikaan ole vielä kuulleet tutkielman tuloksia, mutta tapaaminen heidän kanssaan on jo asiasta sovittu. Toivon heidän kokevan osallisuuden tunnetta Arjessa alkuun -vertaisosaajatoiminnan kehittämisessä ja sen vahvistavan sitoutumista toimintaan edelleen. Osallisuuteen liittyen ymmärsin opinnäytetyötä tehdessäni yhä voimakkaammin, että mitä paremmin vertaisosaajat voivat, sitä parempaa tukea he voivat sitä tarvitseville antaa. Tehtäväni onkin pitää huolta, että vertaisosaajat saavat tukea ja arvostusta sekä yhteisiä tapaamisia myös jatkossa.

Tutkielman lopullinen hyöty kohdentuu toiminnan loppukäyttäjiin, eli erityisryhmään, jonka kuntoutus- ja tukipalvelut eivät ole palvelujärjestelmässämme selkeät ja ensitietokin voi tuntua muun muassa piirteiden ennustettavuuden haasteista johtuen puutteelliselle. Vertaisosaaja on yleensä ensimmäinen vertainen, jonka kanssa tuen tarvitsija autismin kirjosta keskustelee. Mikäli vertaisosaajatoiminta on laadukasta ja kestävä, vaikuttaa se positiivisesti autismin kirjon ihmisten ja heidän vanhempiensa ja sitä kautta kaikkien läheisten elämänlaatuun. Kun toimintaa nyt mietitään ja kehitetään huolella, tarjoaa se sekä vertaisosaajalle että tuen tarvitsijoille voimaantumisen kokemuksen omassa arjessa. Opinnäytetyöni on osa Arjessa alkuun -projektin kehittämistoimintaa, jolla pyritään vahvistamaan vertaisosaajatoimintaa ja sitä kautta se voi vaikuttaa positiivisesti autismin kirjon ihmisen elämään.

Arjessa alkuun -projekti on opinnäytetyöni valmistumisvaiheessa jo yli puolivälissä, samoin kaksi neljästä vertaisosaajakoulutuksesta on pidetty ja kolmas on käynnissä. Muutokset toimintaan eivät ole suuria, mutta ne ovat merkittäviä ja tarpeellisia vertaisosaajien näkökulmasta. Osittain tulokset vahvistivat projektin toiminnan aikana syntyneitä ajatuksiani siitä mihin suuntaan toimintaa tulee kehittää, mutta esimerkiksi yhteisöllisyydentunteen vahvistamiseen en olisi ilman kyselyä osannut tarpeeksi kiinnittää huomiota. Opinnäytetyössä saadun tiedon tärkein hyöty on varmasti se, että nyt minun ei tarvitse olettaa mitä kehittämistarpeita toiminnassa on, vaan ne on saatu selvitettyä tutkielmassani, jonka tein alusta loppuun rehellisesti ja huolellisesti.

## Lähteet

Alasuutari, Pertti 2011. Laadullinen tutkimus. 3. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino, 32.

Autismi n.d. Helsingin ja Uudenmaan Sairaanhoidopiiri. Sairaanhoido: Lastenneurologia: Neurokognitiiviset häiriöt: Autismi. Verkkodokumentti.  
<[http://www.hus.fi/sairaanhoido/lasten-sairaanhoido/lastenneurologia/Neurokognitiiviset\\_hairiot/Autismi/Sivut/default.aspx](http://www.hus.fi/sairaanhoido/lasten-sairaanhoido/lastenneurologia/Neurokognitiiviset_hairiot/Autismi/Sivut/default.aspx)>. Luettu 6.2.2106.

Autismiliitto 2016a. Autismi- ja Aspergerliitto ry: Toimintaa ja tukea: projektit: Arjessa alkuun: vertaisosaaja. Verkkodokumentti.  
<[http://www.autismiliitto.fi/toimintaa\\_ja\\_tukea/projektit/arjessa\\_alkuun/vertaisosaaja](http://www.autismiliitto.fi/toimintaa_ja_tukea/projektit/arjessa_alkuun/vertaisosaaja)>. Luettu 6.2.2016.

Autismiliitto 2016b. Autismi- ja Aspergerliitto ry: Liitto. Verkkodokumentti.  
<<http://www.autismiliitto.fi/liitto>>. Luettu 6.2.2016.

Autismiliitto 2016c. Autismi- ja Aspergerliitto ry: Toimintaa ja tukea: projektit. Verkkodokumentti. <[http://www.autismiliitto.fi/toimintaa\\_ja\\_tukea/projektit](http://www.autismiliitto.fi/toimintaa_ja_tukea/projektit)>. Luettu 6.2.2016.

Autismiliitto 2016d. Autismi- ja Aspergerliitto ry: Jäsenyhdistykset. Verkkodokumentti.  
<<http://www.autismiliitto.fi/jasenyhdistykset>>. Luettu 6.2.2016.

Autismiliitto 2016e. Autismi- ja Aspergerliitto ry: Toimintaa ja tukea: projektit: Arjessa alkuun: Toiminta. Verkkodokumentti.  
<[http://www.autismiliitto.fi/toimintaa\\_ja\\_tukea/projektit/arjessa\\_alkuun/toiminta](http://www.autismiliitto.fi/toimintaa_ja_tukea/projektit/arjessa_alkuun/toiminta)>. Luettu 6.2.2106.

Autismiliitto 2016f. Autismi- ja Aspergerliitto ry: Autismin kirjo. Verkkodokumentti.  
<[http://www.autismiliitto.fi/autismin\\_kirjo](http://www.autismiliitto.fi/autismin_kirjo)>. Luettu 10.3.2106.

Autismiliitto 2016g. Autismi- ja Aspergerliitto ry: Autismin kirjo: Autismin kirjo. Verkkodokumentti. <[http://www.autismiliitto.fi/autismin\\_kirjo/autismin\\_kirjo](http://www.autismiliitto.fi/autismin_kirjo/autismin_kirjo)>. Luettu 6.2.2016.

Autismiliitto 2016h. Autismi- ja Aspergerliitto ry: Autismin kirjo: Tutkimustietoa. Verkkodokumentti. <[http://www.autismiliitto.fi/autismin\\_kirjo/tutkimustietoa](http://www.autismiliitto.fi/autismin_kirjo/tutkimustietoa)>. Luettu 6.2.2106.

Autismiliitto 2016i. Autismi- ja Aspergerliitto ry: Toimintaa ja tukea: Projektit: Arjessa alkuun: Koulutukset. Verkkodokumentti.  
<[http://www.autismiliitto.fi/toimintaa\\_ja\\_tukea/projektit/arjessa\\_alkuun/koulutukset](http://www.autismiliitto.fi/toimintaa_ja_tukea/projektit/arjessa_alkuun/koulutukset)>. Luettu 6.2.2016.

Autismiliitto 2016j. Autismi- ja Aspergerliitto ry: Toimintaa ja tukea: Projektit: Arjessa alkuun: Tavoitteet. Verkkodokumentti.  
<[http://www.autismiliitto.fi/toimintaa\\_ja\\_tukea/projektit/arjessa\\_alkuun/tavoitteet](http://www.autismiliitto.fi/toimintaa_ja_tukea/projektit/arjessa_alkuun/tavoitteet)>. Luettu 6.2.2016.

Carpenter, Laura 2013. DSM 5 Autism Spectrum Disorder – Guidelines & Criteria exemplars. Medical University of South Carolina. Verkkodokumentti: < <https://depts.washington.edu/dbpeds/Screening%20Tools/DSM-5%28ASD.Guidelines%29Feb2013.pdf>>. Luettu 9.2.2016.

Ensietiedon antaminen – IRLANTILANIEEN SUOSITUS 2014. Ensietiedon verkosto (suom.) alkuperäisteoksesta: Informing families of their child's disability. National Best Guidelines. Helsinki: Suomen ensietiedon verkosto.

Eskola, Antti – Kurki, Leena (toim.) 2001. Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Vastapaino.

Hirsjärvi, Sirkka – Remes, Pirkko – Sajavaara, Paula 2004. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Tammi.

Helene, Tuula – Julkunen, Raija – Kajanoja, Jouko – Laitinen-Kuikka, Sini – Silvasti, Tiina – Simpura, Jussi 2003. Sosiaalinen politiikka. Helsinki: Wsoy.

Huuskonen, Päivi 2015. Vammaispalvelujen käsikirja: Vertaistuki. Helsinki: Terveyden ja Hyvinvoinninlaitos. Verkkodokumentti: < <https://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki>>. Luettu 3.4.2015.

Hyväri, Susanna 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.) Vapaaehtoistoiminta – Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino. 214–235.

Jantunen, Eila 2010. Vertaistuki masentuneiden osallisuuden vahvistajana. Teoksessa: Laine, Terhi – Hyväri, Susanna – Vuokila-Oikkonen, Päivi (toim.). Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. 85–99.

Kokemuskouluttaja 2013. Kokemuskoulutus. Reumaliitto. Verkkodokumentti. <[www.kokemuskoulutus.fi](http://www.kokemuskoulutus.fi)>. Luettu 10.3.2016.

Koskiahho, Birgitta 2001. Sosiaalipolitiikka ja vapaaehtoistyö. Teoksessa: Eskola, Antti – Kurki, Leena (toim.). Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Vastapaino, 15–40.

Kostiainen, Elisa – Ahonen, Sanna – Verho, Tanja – Rissanen, Päivi – Rotko, Tuulia 2014. Kokemukset käyttöön – kokemusasiantuntijatoiminnan kehittäminen. Helsinki: Terveyden ja Hyvinvoinninlaitos, 6. Saatavilla myös sähköisesti: < [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125488/URN\\_ISBN\\_978-952-302-373-4.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125488/URN_ISBN_978-952-302-373-4.pdf?sequence=1)>. Luettu 10.3.2016.

Kuosmanen, Lauri; Rissanen, Päivi – Kurki, Marjo 2013. Kokemusasiantuntijuus mielenterveys ja päihdepalveluissa. Terveys- ja sosiaalialan johtamisen aikakauslehti Premissi. 26–30.

Kurki, Leena 2001. Sosiaalipedagoginen näkökulma varhaiskasvatukseen. Teoksessa Karila, Kirsti – Kinos, Jarmo – Virtanen, Jorma (toim.). Varhaiskasvatuksen teoriasuuntauksia. Jyväskylä: PS-kustannus. 112–135.

Kuuluvainen, Salla 2015. Vapaaehtoistyön johtaminen. Helsinki: Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF ry.

Lundström, Sebastian – Reichenberg, Abraham – Anckarsäter, Henrik – Lichtenstein, Paul – Gillberg, Christopher 2015. The BMJ Article: Autism phenotype versus registered diagnosis in Swedish children: prevalence trends over 10 years in general population samples. University of Gothenburg. Verkkodokumentti.  
<<http://www.bmj.com/content/350/bmj.h1961>>. Luettu 12.3.2016.

Marjovuori, Ari 2014. Vapaaehtoistyön ytimessä. Järjestömuotoinen vapaaehtoistyö sosiaalisten representaatioiden näkökulmasta. Väitöskirja. Helsinki: Helsingin yliopisto. Sosiaalitieteiden laitos.

Mykkänen-Hänninen, Riitta 2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsinki: Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia, Sarja B, Oppimateriaalit 6.

Mykkänen-Hänninen, Riitta – Kääriäinen, Aino 2009. Vertaisuus ja vertaistuki eroauttamisessa. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.

Mäkelä, Katariina (toim.) 2015. Autismi- ja Aspergerliitto ry:n vuosikertomus 2014. Helsinki: Autismi- ja Aspergerliitto ry. Saatavilla myös sähköisesti: <[http://www.autismiliitto.fi/files/1771/Vuosikertomus2014\\_www.pdf](http://www.autismiliitto.fi/files/1771/Vuosikertomus2014_www.pdf)>. Luettu 10.3.2016.

Nylander, Lena 2011. Suom. Carl Eskelin. Autismin kirjo aikuisiällä – kysymyksiä ja vastauksia. Helsinki: Autismi- ja Aspergerliitto ry.

Nylund, Marianne 1999. Oma-apuryhmät välittäjinä arjessa. Teoksessa Hokkanen, Liisa – Kinnunen, Petri – Siisiäinen, Martti (toim.) Haastava kolmas sektori. Jyväskylä: Sosiaali- ja terveydenhuollon keskusliitto 116–135.

Ojanen, Markku 2001. Auttajaksi oppiminen. Teoksessa Eskola, Antti – Kurki, Leena (toim.) Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena Tampere: Vastapaino 95–109.

Pessi, Anne Birgitta – Oravasaari Tomi, T 2010. Kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä. Tutkimus RAY:n avustamisen sosiaali- ja terveysjärjestöjen vapaaehtoistoiminnasta. Avustustoiminnan raportteja 23. Helsinki: Raha-automaattiyhdistys.

Reiman-Möttönen, Päivi (toim.) 2014. Autismikirjon häiriöt: Diagnostiikka ja hoito, Hoidon organisointi, Potilaiden osallistuminen. Arviointiseloste 2/2014. THL. Verkkodokumentti.  
<[http://www.thl.fi/attachments/meika/julkaisut/ohtanen/AS\\_2\\_2014\\_Autismi.pdf](http://www.thl.fi/attachments/meika/julkaisut/ohtanen/AS_2_2014_Autismi.pdf)>. Luettu 3.4.2015.

Sosiaali- ja terveydenhuollon järjestelmä ja vastuut 2016. Sosiaali- ja terveysministeriö (STM). Verkkodokumentti. <<http://stm.fi/Sotepalvelut/jarjestelma-vastuut>>. Luettu 10.3.2016.

Tuomi, Jouni – Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 6. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Valliluoto, Sari 2014. Vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista ja esteistä. Helsinki: Kilpailu- ja kuluttajavirasto.

Vienonen, Elina 2014. Arjessa alkuun – järjestölähtöinen varhainen tuki -projektin toimintasuunnitelma 2014–2017. Helsinki: Autismi- ja Aspergerliitto ry. Autismi- ja Aspergerliiton hallussa.

Vienonen, Elina 2016. Arjessa alkuun – järjestölähtöinen varhainen tuki -projektin väliraportti RAY:lle. Helsinki: Autismi- ja Aspergerliitto ry. RAY:n ja Autismi- ja Aspergerliiton hallussa.

Willberg, Elina 2015. Vapaaehtoistoiminnasta iloa monille – Hyvinvointia tukevan vapaaehtoistyön vastuut ja käytännöt. Sitran selvityksiä sarja: 93.

Öystilä, Satu 2011. Toiminnallisilla menetelmillä tulevaisuuteen. Edu.fi: koulutukset ja tilaisuudet: Ammattistartin verkostoseminaari 23.–24.11.2011 Porissa. Verkkodokumentti.

<[http://www.edu.fi/download/138228\\_Satu\\_Oystila\\_Pori\\_231111.pdf](http://www.edu.fi/download/138228_Satu_Oystila_Pori_231111.pdf)>. Luettu 6.2.2016.

## Kysely vertaisosaajille

Kyselylomake

### Koulutusryhmä 1

Turku 2014–2015

Kyselyn tarkoituksena on selvittää kuinka vertaisosaajakoulutus (20h) on vastannut vertaisosaajatoiminnassa toimivien vapaaehtoisten tarpeita ja minkälaiset tukimuodot ja toimenpiteet tukevat vertaisosaajia parhaiten.

Kysely kohdennetaan Arjessa alkuun -projektin ensimmäiseen vertaisosaajaryhmään (koulutusryhmä 1), jonka kävi vertaisosaajakoulutuksen 2014–2015. Toinen ryhmä (koulutusryhmä 2) on aloittanut toimintansa 11/2015.

Kyselyn tuloksien perusteella vertaisosaajakoulutusta ja toimintaan liittyviä tukitoimia kehitetään edelleen.

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista, mutta toivottavaa! Siihen kannattaa vastata vaikka vapaaehtoistoimintaa ei olisi vielä tehnyt kuluneen vajaan vuoden aikana.

Kyselyyn vastataan nimettömästi, eikä vastaajien henkilöllisyyttä pyritä eikä pystytä selvittämään. Vastaamisaikaa on 17.1.2016 asti.

Kysely on osa vertaisosaajatoiminnan kehittämistä ja projektipäällikkö Elina Vienosen Metropolia AMK:n opinnäytetyötä. Vastaukset käsittelee ja analysoi Vienonen. Lisätietoja voi kysellä: [elina.vienonen@autismiliitto.fi](mailto:elina.vienonen@autismiliitto.fi)

#### 1. Oletko vastaanottanut vuonna 2015 yhteydenottopyyntöjä vertaisosaajalle \*

Kyllä

Ei



### ***Vertaisosaajakoulutus***

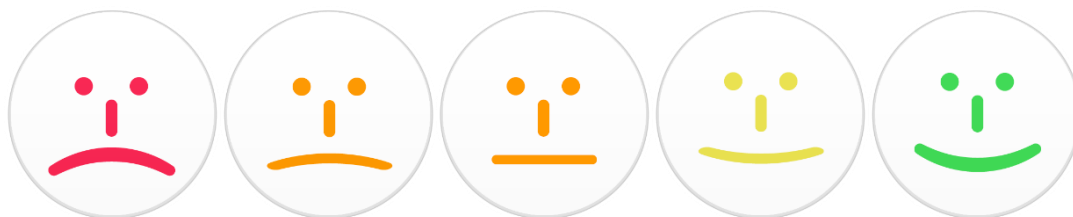
Koulutukset oli jaettu viiteen eri koulutuskertaan. Koulutuksien aiheet löytyvät nettisivuilta: [http://www.autismiliitto.fi/toimintaa\\_ja\\_tukea/pro...](http://www.autismiliitto.fi/toimintaa_ja_tukea/pro...)

**2. Jäikö jokin koulutusosioista erityisen tärkeänä mieleesi? Jos, niin miksi?**

**3. Oliko joku koulutusosioista mielestäsi tarpeeton vertaisosaajana toimimisen kannalta?**

**4. Minkälaista tietoa koet tarvitsevasi vertaisosaajana toimiessasi? Ellet ole toiminut vielä vertaisosaajana, voit kertoa mitä oletat tarvitsevasi.**

**5. Mikä näistä kuvista vastaa parhaiten tuntemuksiasi, kun ajattelet nyt ajattelet vertaisosaajakoulutuksia**



### ***Työnohjaukselliset tapaamiset***

Vertaisosaajien työnohjauksellisten tapaamisten tavoitteena on antaa ohjaajan tuella mahdollisuuden

- purkaa kohtaamisten tunnelmia
- jakaa omia kokemuksia luottamuksellisesti muiden kanssa
- saada muilta tukea ja vinkkejä
- antaa mahdollisuuden purkaa omia tunteita liittyen vertaisosaajatoimintaan.

**6. Oletko osallistunut vertaisosaajien työnohjauksellisiin tapaamisiin? \***

Kyllä

Ei

**7. Koetko työnohjaukselliset tapaamiset tarpeelliseksi vertaisosaajana toimimisen kannalta? Miksi? Voit vastata mitä ajattelet tapaamisista, vaikka et olisi niihin osallistunut.**

***Toimintaan liittyvä tuki***

Vertaisosaajat voivat olla projektipäällikkö Vienoseen yhteydessä kaikkiin toimintaan liittyvissä kysymyksissä. Yhteyttä voi pitää puhelimitse tai sähköpostitse. Vertaisosaajille on ollut mahdollisuus osallistua kahteen ulkopuolisten järjestämään koulutuspäivään:

1. Kuntoutuksen vaikuttavuus - kuulemmeko perheen ja lapsen ääntä/2014
2. Voimauttava vuorovaikutus/2015

Ryhmällä on myös ollut tapaaminen Vantaalla Ryhmän 2 vertaisosaajien kanssa/2015

**8. Oletko tehnyt kohtaamisiin liittyviä kysymyksiä liittyen vertaisosaajatoimintaan Vienoselle?**

Kyllä

Ei

**9. Onko toimintaan liittyvien kysymyksien tekeminen puhelimitse tai sähköpostitse sinusta hyvä toimintatapa?**

Kyllä

Ei

Jos ei, mikä tapa olisi parempi

**10. Oletko ollut tyytyväinen "lisäkoulutuksien" sisältöihin**

Kyllä

Ei

Voit perustella lyhyesti vastausta, mikäli haluat

**11. Mitä muuta tukea kaipaat vertaisosaajana toimimiseen?**

***Yhteydenottopyynnöt***

Yhteydenottopyyntöjä tulee myös muualta Suomesta kuin omalta toiminta-alueelta. Kirjallisen yhteydenpidon ohjeistus on koulutuksessa ollut vähäistä. Malliviestejä sähköpostiyhteydenpidon aloittamiseen ja päättämiseen ollaan tekemässä parhaillaan (vuoden vaihde 2015–2016) saadun palautteen perusteella.

**12. Oletko tehnyt vertaisosaajatoimintaa sähköpostitse**

Kyllä

Ei

**13. Koetko tarvitsevasi jotain muuta tukea kuin malliviestejä yhteydenpidon aloittamiseen ja lopettamiseen sähköpostitse tapahtuvaan vertaisosaajatoimintaan?****14. Palautetta vertaisosaajatoiminnasta tai -koulutuksista.**

**Kiitos, että vastasit kyselyyn ja autat kehittämään toimintaa jatkossa!**

T: Elina Vienonen

Lomakkeen sulkeuduttua: Kiitos panoksestasi vertaisosaajatoiminnan kehittämistyössä!

\* = pakollinen vastaus